ROSS HEAVEN ȘI HOWARD G. CHARING

SHAMAN
SPIRITUL PLANTELOR
CĂILE STRĂVECHI DE VINDECARE A SUFLETULUI

Coperta: ȘTEFAN DRAGOMIRESCU
Redactare: MONICA REU
Corectură: ELENA LAZĂR
Tehnoredactare: OFELIA COȘMAN

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
HEAVEN, ROSS
Shaman – spiritul plantelor: căile străvechi de vindecare a sufletului / Ross Heaven, Howard G. Charing ; trad.: Aurel Mocanu ; ed.: Elena Francisc. - București : Elena Francisc Publishing, 2007
Index.
ISBN 978-973-88171-9-7

I. Charing, Howard G.
II. Mocanu, Aurel (trad.)
III. Francisc, Elena (ed.)

291.612

ROSS HEAVEN AND HOWARD G. CHARING
PLANT SPIRIT. SHAMANISM. TRADITIONAL TECHNIQUES FOR HEALING THE SOUL
© 2006 by Ross Heaven and Howard G. Charing

© Elena Francisc Publishing, 2007, pentru prezenta versiune românească

ROSS HEAVEN HOWARD G. CHARING

SHAMAN
SPIRITUL PLANTELOR
CĂILE STRĂVECHI DE VINDECARE A SUFLETULUI

Cuvînt înainte de
PABLO AMARINGO

Traducere de
AUREL MOCANU

elena francisc publishing

Cuprins

Cuvînt înainte — *Plantele mi-au dat viață*, de Pablo Amaringo . . 9

Prefață — *Păcate, suflete și floarea-soarelui: Descoperirea puterii plantelor*, de Ross Heaven 13

Prefață — *Chemarea plantelor*, de Howard G. Charing 17

Introducere — *Calea șamanului cu plante* 21

1. **Nimic nu este ascuns: Cum vindecă plantele** 31

2. **Dieta șamanului: Ascultarea plantelor** 67

3. **Plante vizionare: Halucinogenele sacre** 91

4. **Vindecarea sufletului** 115

5. **Pusangas și parfumuri: Arome pentru dragoste și reîntregire** 139

6. **Băi florale: Îmbăierea în bogățiile naturii** 163

7. **Țipătul mătrăgunei** 187

Anexa 1 Ierbar caraibian 207

Anexa 2 Ierbar peruvian 218

Anexa 3 Uleiuri Hoodoo 228

Despre autori 231

Pentru copiii mei: Ocean, Jodie și Mili. Cu mulțumiri Donnei, lui Andi, Leticia, Ram și Howard. Rezultatul este inevitabil și acum o cale a adevărului înapoi spre ocean.

R.H.

Pentru fiicele mele, Katie și Elizabeth. Și cu apreciere și mulțumiri lui Peter Cloudsley, pentru ajutorul și sprijinul său în pregătirea acestei cărți. De asemenea, prietenului și colegului meu Leo Rutherford, pentru încurajările sale.

H.C.

Mulțumim, de asemenea, acelor maestros cu care am lucrat și studiat, și care sînt menționați în această carte: Artidoro Aro Cardenas, Guillermo Arevalo, Javier Arevalo, Doris Rivera Lenz, Juan Navarro, Loulou Prince, precum și interpreților și ghizilor noștri în junglă: Gerlo în Peru și Jacqui în Haiti. Apreciem timpul și energia pe care le-ați dăruit, împărtășind cu noi ceremonii și răspunzînd nenumăratelor noastre întrebări.

Călătoriile, plantele, dietele și rețetele oferite în această carte sînt prezentate doar în scop informativ.

Exercițiile pe care le prezentăm au fost testate în multe workshopuri, sesiuni de vindecare și alte aplicații. Nici unul dintre participanți nu a fost vreodată vătămat în vreun fel, iar mulți au beneficiat enorm. Este totuși important să acționați rațional și cu responsabilitate în folosirea oricăror leacuri din plante, verificînd din mai multe surse formulele, atît pentru legalitate, cît și pentru siguranță, înainte de a le folosi intern sau extern. De asemenea, vă sfătuim să apelați la o consultație medicală înainte de a vă apuca de diete, pentru a vă asigura că nu există contraindicații ale plantelor listate aici.

Orice aplicare a exercițiilor prezentate este pe răspunderea cititorului, iar autorii și editorii își declină orice responsabilitate față de rezultatele directe sau indirecte ale folosirii acestei cărți, a exercițiilor sau a plantelor și leacurilor descrise.

CUVÎNT ÎNAINTE

PLANTELE MI-AU DAT VIAȚĂ

Datorez viața mea plantelor, iar ele și-au pus amprenta pe tot ceea ce am făcut. Încă de cînd eram foarte tînăr, mi-a plăcut să lucrez cu plantele și știam că ele îmi asigură susținerea zilnică, nu doar ca hrană pentru trup, ci și pentru sufletul meu. Aveam o mare iubire și admirație pentru ele. Inima mea era bolnavă*, dar m-am vindecat cu planta sacră *ayahuasca*, după ani de suferință; medicamentele din farmacie nu mi-au fost de nici un ajutor.

La ani după ce m-am vindecat astfel, am văzut o *curandera* (femeie șaman) vindecîndu-mi sora mai mică folosind aceeași ayahuasca; sora mea era în agonie din cauza hepatitei, dar cu acest unic tratament cu plante, s-a făcut bine în doar două ore. Asta m-a motivat să învăț *vegetalismo***.

Mai tîrziu, am început să țin dietă cu *la purga****, iar femeia șaman m-a învățat cum să folosesc plantele pentru a vindeca și cum să înțeleg aplicarea lor prin viziuni. Și așa am ajuns să fiu șaman, sfințit de spirite.

Viziunile mele m-au ajutat să înțeleg valoarea ființelor umane, a animalelor, a plantelor însele și multe alte lucruri. Plantele m-au învățat ce rol au în viață și înțelesul holistic al vieții. Cu toții ar trebui să acordăm o atenție specială și respect pentru Mama Natură. Ea merită dragostea noastră.

Și ar trebui să dăm dovadă de respect și față de puterea ei!

---

* Pablo Amaringo s-a născut în 1943, în Puerto Libertad din Amazonia peruviană. Avea 10 ani cînd a luat prima dată *ayahuasca*, o licoare vizionară folosită în șamanism, pentru a reuși să depășească o gravă boală de inimă. Vindecarea magică a acestei boli prin plantele vindecătoare l-a îndreptat pe Pablo către viața șamanică.

** *Vegetalismo* este vindecarea șamanică în principal cu plante.

*** *La purga* este un alt nume pentru ayahuasca. Acest nume i-a fost dat datorită calităților sale puternic purgative, care sînt văzute ca mijloc benefic de curățare fizică și spirituală.

Plantele sînt esențiale în multe privințe: ele dau viață tuturor ființelor de pe Pămînt, deoarece produc oxigen, de care avem nevoie ca să fim activi; ele creează enorma seră care oferă hrană și adăpost diverșilor musafiri interconectați; ele sînt învățătorii care ne arată importanța holistică a conservării vieții în forma sa proprie și în condițiile necesare.

Pentru mine personal, totuși, ele înseamnă chiar mai mult. Plantele — în marea carte vie a naturii — mi-au arătat cum să studiez viața ca artist și șaman. Ele ne pot ajuta pe toți să cunoaștem arta vindecării și să ne descoperim propria creativitate, deoarece frumusețea naturii îi îndeamnă pe oameni să arate reverență, fascinație și respect pentru măsura în care pădurile oferă adăpost sufletelor noastre.

Conștiința plantelor este o sursă constantă de informație pentru medicină, alimentație și artă și exemplifică inteligența și imaginația creativă a naturii. Datorez mult din educația mea inteligenței acestor mari învățători. Astfel, mă consider a fi „reprezentant" al plantelor și din acest motiv afirm că, dacă se taie copacii și se arde ce a mai rămas din junglă, este ca și cum am arde o întreagă bibliotecă fără să fi citit niciodată cărțile din ea.

Oamenii care nu sînt atît de dedicați studierii și experimentării plantelor probabil că nu se gîndesc că această cunoaștere este atît de importantă pentru viețile lor, dar chiar și ei ar trebui să fie conștienți de valoarea nutrițională, medicinală și științifică a plantelor pe care se bazează pentru a trăi.

Totuși, cea mai sublimă dorință a mea este ca fiecare ființă umană să înceapă să acorde atenție cunoașterii plantelor, deoarece ele sînt cei mai mari vindecători. Și toți oamenii ar mai trebui și să facă eforturi pentru păstrarea și conservarea junglei, să le pese de ea și de ecosistem, deoarece a le vătăma nu prejudiciază doar flora și fauna, ci și umanitatea însăși.

Chiar și în Amazonia, în aceste zile, mulți văd plantele doar ca pe o resursă pentru construirea caselor și pentru a finanța familii numeroase. Oamenii care au ferme și cresc animale taie și ei pădurea, ca să producă hrană pentru acestea. Metișii și indienii taie cei mai mari copaci și îi vînd gaterelor industriale pentru subzistență! Ei nu au auzit niciodată cuvîntul *ecologie*!

Eu, Pablo, spun tuturor celor ce trăiesc în Amazonia și în celelalte păduri ale lumii că trebuie să iubească plantele pămîntului lor și tot ce se află acolo!

Această exprimare a dragostei trebuie să fie un interes sincer și altruist față de binele durabil al celorlalți. Nu sîntem aici doar pentru a exista, ci pentru a ne bucura de viață împreună cu plantele, animalele și cei dragi, pentru a ne delecta în contemplarea frumuseții naturii. Un șaman are în minte

și în inimă atitudinea de prezervare a naturii, deoarece el știe că viața ne e dată pentru a ne bucura de compania nenumăratelor delicii ale acestei lumi.

Orice pictură, carte sau operă de artă care răspîndește acest mesaj trebuie să fie respectată și fiecare cititor care pune mîna pe o carte cu acest subiect trebuie onorat.

Vă invit să citiți mai departe și să învățați de la cei mai mari învățători dintre toți — plantele, frații și surorile noastre sacre.

PABLO C. AMARINGO, octombrie 2005
(text tradus de Peter Cloudsley)

Pablo Amaringo este unul dintre cei mai mari artiști vizionari ai lumii. Fiind membru al tribului Shipibo, el s-a pregătit ca șaman (*curandero*) în Amazonia, vindecîndu-se pe sine și pe alții de la vîrsta de 10 ani, dar a renunțat în 1977 pentru a deveni pictor și profesor de artă la școala lui Usko-Ayar. Cartea sa, *Ayahuasca Visions: The Religious Iconography of a Peruvian Shaman*, scrisă împreună cu Luis Eduardo Luna, a fost publicată în 1993 de North Atlantic Books.

Website: www.pabloamaringo.com

PREFAȚĂ

PĂCATE, SUFLETE ȘI FLOAREA-SOARELUI

DESCOPERIREA PUTERII PLANTELOR de Ross Heaven

„În ținutul Hereford exista un vechi obicei de înmormîntare, de a angaja oameni săraci, care să ia asupra lor toate păcatele persoanei decedate...

Procedura era ca atunci cînd cadavrul era scos din casă și întins pe năsălie, o pîine să fie adusă și dată **Mîncătorului de Păcat**e pe deasupra mortului, împreună cu un vas cu bere care trebuia băut pe loc, și sase penny, în schimbul cărora el lua asupra sa toate păcatele defunctului, scutindu-l pe acesta de a rătăci după moarte.“

JOHN AUBREY, 1688

Cînd eram un băiețel de vreo 9 ani, familia mea s-a mutat la țară în Herefordshire, un loc misterios, umbrit de Munții Negri ai Țării Galilor și de sufletul miturilor celtice.

La marginea satului, singură și izolată de restul comunității, era o căsuță dărăpănată; acesta era un loc de care am fost avertizat să mă țin departe. Asta deoarece în căsuță trăia un nebun, indezirabil pentru sat. Se mai spunea și că această căsuță era bîntuită, era „un loc al luminilor stranii“. Bineînțeles că aproape imediat mi-am făcut drum acolo.

Căsuța era la o răscruce, imediat lîngă drum, înconjurată de tufișuri înalte și copaci. Era la vreo 1,6 kilometri de sat și nu avea vecini. Arăta precum casa vrăjitoarei din povești, un loc în care ajungi din greșeală, după care viața ta nu va mai fi niciodată la fel.

Cum stăteam și mă uitam la cocioaba misterioasă, al cărui aspect începuse să ia forma peisajului, ușa s-a deschis și singurul său locatar a ieșit. Era bătrîn, micșorat de vîrstă, subțire, îmbrăcat ciudat pentru acele vremuri (anii ‘70), într-o cămașă albă fără guler, pantaloni negri și o jachetă, ca un

medic rural de modă veche sau versiunea de cinema a unui impiegat din alte timpuri. Un lanț de aur cu un ceas de buzunar atîrnau din jacheta lui.

Deci acesta era nebunul de care fusesem prevenit să mă țin departe. Numele lui era Adam și a început să-mi vorbească despre flori, ierburi și povestea vieții lui. El fusese *mîncător de păcate*.

Există puține lucruri cunoscute sau scrise despre *mîncatul păcatelor*, dincolo de faptul că era o profesie antică, practicată în multe țări ale lumii, dar acum în mare parte dispărută. Ca tradiție de vindecare, se presupune că a derivat din ritualul țapului ispășitor descris în *Levitic*, în care păcatele oamenilor erau trecute asupra unui nevinovat. În povestea biblică, Aaron mărturisește păcatele copiilor lui Israel deasupra capului unui țap care era trimis în sălbăticie, ducînd cu el greșelile lor și eliberîndu-le atunci cînd murea.

Într-un mod asemănător, un mîncător de păcate era angajat de familia unei persoane decedate sau uneori de către biserică, pentru a mînca o ultimă masă de pîine și sare de pe burta cadavrului lungit pe năsălie. Făcînd aceasta, se credea că păcatele mortului sînt absorbite de mîncătorul de păcate însuși, iar decedatul ar fi avut astfel cale liberă către Împărăția Cerurilor. Mîncătorul primea cîteva monede pentru deranj, dar, pe lîngă aceasta, era evitat ca un ciumat de către comunitatea care îl considera plin de păcate și întinat de munca sa. De aceea, mîncătorii de păcate trăiau la marginea satelor, iar copiii erau ținuți departe de ei.

Rolul mîncătorilor de păcate era, în esență, cel de vindecători șamanici. Sarcina lor era să îndepărteze spiritul bolii de decedați (și deseori de cei vii) și să facă zeii să le fie disponibili. Cei care îi învățau să facă aceasta erau chiar spiritele, împreună cu natura.

Mulți mîncători de păcate, datorită apropierii lor de natură și a localizării rurale, erau pricepuți și la medicina populară, „doftoricirea cu rădăcini“ și vindecarea cu ierburi, lucrînd atît cu proprietățile medicinale ale plantelor, cît și cu spiritele lor.

De exemplu, verbina era cunoscută medicinal pentru calitățile sale relaxante și pentru puterea de a îndepărta depresia și neliniștea. Adam, totuși, ar interpreta aceste simptome ca fiind ale unei boli a sufletului, cauzată de vinovăție sau de rușinea de a fi în prezența păcatului.*

---

* În această tradiție, vinovăția este tratată ca mesaj din partea sufletului cum că pacientul a făcut ceva ce nu e în concordanță cu misiunea propriului suflet. Pe de altă parte, rușinea este impunerea de către alții a propriilor lor vinovății asupra pacientului.

Spiritul verbinei făcea mai mult decît să vindece trupul, el ușura povara sufletului și îndepărta „spiritele rele“ (efectele sau aura păcatului). Pe același principiu, gălbenelele erau folosite în iritații ale pielii, inflamații și ulcere — dar acestea erau deseori considerate a fi induse de păcate, simptome ale unor dureri mai profunde. Deoarece gălbenelele sînt „strălucitoare ca soarele“ („flori ale soarelui“, cum le numea Adam), ele alină și înviorează sufletul.

Un mîncător de păcate putea să ofere pacienților săi și sfaturi din „ținutul morților“ (lumea spiritelor) pentru modalități de a-și răscumpăra păcatele. Sfaturile erau deseori de natură practică, credința fiind că păcatele trebuie reparate în această viață, nu în cea de dincolo, prin acțiuni, mai curînd decît prin rugăciuni pentru iertare. Penitentul era astfel sfătuit să aducă o ofrandă, nu către spirite, ci către persoana față de care greșise.

Cuvîntul „ispășire“ era cheia, o astfel de ofrandă nefiind o pedeapsă, ci un mod de a reechilibra sufletul, pentru ca pacientul să poată ajunge înapoi la unitatea interioară.

În acest fel, mîncatul păcatelor — o practică veche de mii de ani — a anticipat conexiunea minte-trup-spirit pe care știința modernă abia a început s-o observe, deoarece ritualurile sale și leacurile din plante lucrau nu doar asupra trupului pacientului, ci și asupra minții și emoțiilor sale, și întotdeauna și asupra sufletului aflat în suferință.

Introducerea în acest nou tărîm a fost o aventură fascinantă pentru mine și, în consecință, am dezvoltat un interes durabil pentru plante și pentru motivele spirituale, emoționale și psihologice ale folosirii lor. Ceea ce am observat la vindecătorii tradiționali este o similitudine remarcabilă a abordărilor. În Grecia, Turcia, America de Nord, Haiti, Peru sau Irlanda, orice lucrare cu plante s-ar face de către un vindecător — mai curînd decît de către un medic — ceea ce contează este spiritul plantelor, și nu proprietățile lor chimice.

Bineînțeles, plantele în sine diferă (deși nu întotdeauna — rosa sisa, gălbeneaua, e folosită în Amazonia pentru „chemarea înapoi a sufletului“ în același mod în care Adam folosea aceste „flori ale soarelui“ în tăcutul sat din Hereford), dar abordarea rămîne aceeași: „Plantele ne spun cum să le folosim“, spun mereu acești vindecători.

Și cum fac ele asta? „Ele ne vorbesc în vise, în viziuni și în călătorii.“ Este un mod de a lucra total diferit de cel în care un medic ar apela la vreo carte seacă pentru a căuta efectele unui medicament sintetic derivat dintr-o plantă, fără ca măcar o dată să se fi apropiat de planta în sine — și poate

fără măcar a-și da seama că pastilele pe care le-a prescris au fost dezvoltate în laborator pentru a sintetiza acțiunile unei plante.

Modalitățile exacte de folosire a magiei plantelor pot și ele să fie diferite de la un vindecător la altul — în Haiti, după cum vom vedea, șamanul folosește o pungă cu plante numită *paket* pentru a trage afară boala din corpul unui pacient, în timp ce în Amazonia șamanul folosește o legătură de frunze numită *chacapa,* cu care atinge sau bate cu blîndețe pacientul pentru obținerea aceluiași rezultat — dar acestea sînt nuanțe culturale. Mai uimitor este faptul că vindecători de pe continente diferite, care nu au auzit niciodată unii de alții, practică aproape aceleași metode — și o fac nu din cauză că au citit în vreo carte, ci din cauză că spiritele plantelor i-au învățat s-o facă.

În cele din urmă, am dat peste lucrările unui alt scriitor care a explorat lumea vindecării prin spiritele plantelor, Elliot Cowan. Observațiile sale asupra practicilor *huichol* din Mexic erau aceleași: „Spiritul plantei trebuie să vină la tine. Vindecarea nu va avea loc dacă spiritul plantei nu îți spune cum să o pregătești și ce va vindeca.“ Întotdeauna, spiritul este cel care vindecă.

Astfel, interesul meu este față de folosirea transculturală a plantelor și posibilitatea interesantă de a distila toate aceste abordări pînă la miezul lor esențial, pentru a descoperi cum funcționează vindecarea. Sînt sigur că mai am mult de învățat, dar mesajul pe care l-am primit pînă acum, în cea mai simplă formă a sa, este acesta: ascultă plantele și ele îți vor spune tot ce ai nevoie să afli. Este un sfat bun, pe care îl vom practica în toată această carte.

PREFAȚĂ

CHEMAREA PLANTELOR

de Howard G. Charing

> Nu vorbim despre agenți pasivi de transformare; ci este vorba despre o inteligență, o conștiință, o altă minte vie, un spirit…
> Natura e vie și ne vorbește.
> Aceasta nu este o metaforă.
>
> TERRENCE McKENNA

Prima mea întîlnire reală cu lumea plantelor a avut loc cînd am ajuns prima dată în Amazonia, acum zece ani. În momentul în care am coborît din avion în Iquitos, m-am simțit ca și lovit de un fulger de energie. M-am simțit atît de energizat, încît nu am dormit următoarele două zile: simțurile îmi erau într-o stare de conștiență ridicată și parcă puteam auzi bătaia inimii junglei.

Iquitos este un oraș în jungla amazoniană. Nu există șosele care să ajungă pînă acolo, singura cale este cu avionul sau cu barca pe rîu. În secolul al XIX-lea era centrul industriei cauciucului, dar la începutul secolului XX, comerțul cu cauciuc s-a mutat în Extremul Orient și orașul a căzut în uitare. Acum este un loc fără un scop aparent, strălucind în splendoarea sa post-colonială, dar literalmente în mijlocul a nicăieri — cu adevărat un oraș de frontieră.

Îmi amintesc primele momente petrecute în Iquitos: stăteam pe malecon (promenadă) la marginea orașului, privind fluviul, avînd în fața ochilor cam 4 500 de kilometri de junglă pură, și am simțit o bucurie care încă mă umple de minunare și admirație. Ajunsesem în Iquitos datorită unui interes și unei dorințe pe care le aveam de multă vreme, de a experimenta la prima mînă tradiția vie a vindecării cu spiritele plantelor și, bineînțeles, magica ayahuasca,

despre care auzisem atît de multe. N-a fost să fiu dezamăgit; prima mea sesiune ayahuasca cu un șaman într-un luminiș din junglă mi-a adus o epifanie spirituală care mi-a schimbat modul în care văd și înțeleg viața. Am experimentat starea de a fi în chiar centrul creației cu conștientizarea faptului că nu eram în nici un fel separat, ci o parte intrinsecă a vastei minți cosmice sau a cîmpului de conștiință cosmică, a faptului că sîntem cu toții conectați, cu toții parte a acestei unice mari minți, experiența noastră de a fi separați nefiind mai mult decît o iluzie generată de simțurile noastre.

Sesiunile mele ayahuasca mi-au dezvăluit multe despre marele vis al Pămîntului și despre cît de deconectați de relația cu planeta noastră vie am ajuns să fim noi, oamenii. Am experimentat procesul de evoluție a ADN-ului și mi s-a arătat că multe dintre problemele pe care le întîlnim noi ca specie apar deoarece sîntem în principal primate, conduși de glandele și sistemele noastre hormonale de maimuță; și totuși, în același timp, sîntem în armonie cu o conștiință mai înaltă, care se apropie de cea a delfinilor, pe care am experimentat-o în timpul ceremoniilor ayahuasca drept fiind parte a unei conștiințe de grup.

Într-una dintre cele mai profunde experiențe, m-am găsit transportat către ceea ce am perceput a fi centrul creației, unde am fost martorul formării planetelor, stelelor, nebuloaselor și universurilor. Peste tot se întindeau modele geometrice complicate, de o complexitate fluidă, schimbîndu-și constant mărimea și forma. Cîntecul șamanului îmi umplea fiecare celulă cu o forță electrică; fiecare parte a trupului meu vibra și m-am simțit ca și cum aș fi fost ridicat în aer. Mă aflam într-un templu de sunet, vibrație și binecuvîntare. Adunați în jurul meu erau uriași în costume ornate cu aur și pene multicolore, suflînd fum și făcîndu-mi vînt. Aceștia erau spiritele ayahuascăi, ale căror voci blînde, molcome și desăvîrșit senzuale mi-au vorbit despre creație și despre mintea universală. Pentru a sublinia această viziune poetică, cuvintele lor mi-au apărut în față scrise cu litere groase, fosforescente.

Multe dintre experiențele mele vizionare cu ayahuasca au fost personale, conducîndu-mă spre o înțelegere mai profundă a vieții proprii și a rolurilor pe care le-au jucat diferite persoane în ea. Uneori, am devenit acei oameni, le-am trăit viețile și am ajuns să înțeleg de ce au făcut ceea ce au făcut, ce decizii au fost nevoiți să ia în viețile lor. Aceste experiențe invariabil au dus la cîte o formă de încheiere, ca și cum un capitol deschis s-a sfîrșit sau a avut loc o vindecare profundă a relației mele cu acea persoană.

Un exemplu de experiență de acest fel ține de mama mea. Aveam o relație dificilă, o parte din mine niciodată nu a avut încredere totală în ea. Într-o

sesiune, am experimentat o comuniune vizionară profundă cu Mama Pământ; am înțeles dragostea pe care spiritul planetei noastre o are pentru toți cei ce trăiesc pe ea. Viziunea și experiența de a fi ținut cu blîndețe într-o îmbrățișare iubitoare au fost perfecte și sublime. Apoi, viziunea s-a schimbat către propria mea mamă — și i-am retrăit viața, copilăria, lucrurile care i s-au întîmplat, motivul pentru care ea a fost dusă departe de casa familiei ei, deciziile pe care a trebuit să le ia pentru a avea un copil. Și atunci mi-am dat seama că am judecat-o și că împrejurările nefericite prin care trecuse creaseră această lipsă de încredere dintre noi.

După sesiune, eram plin de bucurie, știind că peste hăul dintre mine și mama apăruse un pod; și din acel moment afecțiunea dintre noi a curs liber. Această minunată înțelegere o datorez complet ayahuascăi, darul perfect al lumii plantelor.

Am descoperit că ayahuasca este un medicament, dar unul foarte diferit de înțelegerea vestică a medicamentelor, care se aplică în principal vindecării simptomelor fizice. Ayahuasca este un medicament care lucrează la fiecare nivel: asupra ființei fizice și a celei nonfizice, asupra conștiinței, emoțiilor și spiritului nostru. Este ca și cum ne îmbibăm nu doar de un lichid, ci de o „altă“ inteligență care știe cu exactitate de ce este nevoie pentru a ne ajuta. Acest act constituie o comuniune în adevăratul sens al cuvîntului. Poate fi o experiență intensă de euforie: o călătorie de viziuni adînci, cu înțelesuri profunde atît personale, cît și transpersonale. Poate să lumineze gîndurile și sentimentele profunde din subconștient. Poate să aducă o ștergere a granițelor eului și o unire cu totalitatea conștiinței și creației.

Au urmat multe alte experiențe. Cu unele dintre celelalte plante-învățător ale șamanilor, precum *ajo sacha*, mi-am experimentat simțurile schimbîndu-se, extinzîndu-se într-un mod inefabil și am devenit conștient de cîntecul junglei. Existau peste tot în jurul meu sunete, mirosuri și imagini de care nu fusesem conștient în starea mea de conștiință de zi cu zi. Puteam să „apropii imaginea“ mirosurilor și sunetelor, știind că jungla este o entitate, cu insectele, păsările și animalele ca părți ale totalității sale. Eram în Paradis, stînd acolo în hamacul meu, plutind într-o experiență vie și tridimensională de sunet, culoare, miros, mișcare și vibrație, toată în armonie și într-o mare frumusețe.

De la acea primă întîlnire am petrecut multe luni în junglă, lucrînd și învățînd de la șamani, păstrătorii acestei frumoase cunoașteri. Entuziasmul și interesul nu mi-au pălit niciodată. Cunoașterea plantelor a ajutat ca viața mea să devină vibrantă și plină de vitalitate în atît de multe moduri.

INTRODUCERE

CALEA ȘAMANULUI CU PLANTE

> Primul act de minunare, cînd omul a fost izbit de frumusețea minunată a Naturii, a fost prima experiență spirituală.
>
> HENRYK SKOLIMOWSKI

De la începuturile experienței umane, plantele au fost parteneri întru evoluția speciei noastre, nu doar asigurîndu-ne hrana și leacurile, dar și în experiențele spirituale și în dezvoltarea conștiinței. Forma, frumusețea, încîntătoarele mirosuri ale lumii plantelor, calitățile vindecătoare și spirituale, toate sînt o poartă către Marele Mister al naturii pe care strămoșii noștri celtici îl numeau „fața vizibilă a spiritului".

Deși pămînturile noastre nu mai sînt împădurite precum erau cîndva, încercăm să recreăm această frumusețe și liniște în grădinile noastre pline de flori și în parcuri. Spațiile verzi din orașele moderne ne dau măcar un gust al naturii cu ajutorul căruia putem să ne susținem în junglele de beton și oțel fără suflet pe care cei mai mulți dintre noi le numim „acasă".

Pentru mulți oameni, plantele încă sînt mesagerii divinității, armoniei și frumuseții. Ele sînt, de asemenea, sursa sănătății și stării noastre de bine, nu doar ca medicamente, ci prin abilitatea lor intrinsecă de a ne relaxa, reîmprospăta sau excita. Unii cititori își vor aminti cum au făcut o căsuță în ramurile unui copac în copilărie, de exemplu, sau cum au stat lungiți pe spate în iarba moale privind un cer clar și albastru într-o zi perfectă de vară; chiar și amintirile ne pot hrăni. Ele ne spun că încă există o posibilitate ca poezia să existe în sufletele noastre, în ciuda a cît de superficiale ne-au devenit viețile.

O parte profundă din noi știe că puterea vindecătoare este inerentă în aceeași măsură atît acțiunii plantelor, cît și ființei lor. Dăruim flori prietenilor bolnavi, de exemplu, înțelegînd în sufletele noastre, dacă nu în mințile noastre conștiente, că astfel de daruri ridică moralul și afirmă viața. Florile joacă de fapt un rol în cele mai importante sărbători ale vieții și ale morții: nașteri și zile de naștere, împlinirea unei anumite vîrste, căsătorii, boli, înmormîntări. Ele sînt acolo la începuturile lucrurilor, la primul „te iubesc", dar și la sfîrșit. Chiar și după moarte, legătura cu lumea naturală continuă, pentru că destinația noastră spirituală supremă în cadrul multor mituri religioase este o formă de Paradis, deseori simbolizat în expresii precum „Grădină Cerească", „Grădina Edenului"*.

Relația noastră cu lumea plantelor este încorporată în conștiința noastră, dar de la ridicarea civilizației materialiste, deseori nu mai sîntem conștienți de conexiunile mitice și spirituale pe care le simțim față de natură. În lumea sintetică în care tratăm bolile cu chimicale dezvoltate în laborator, mulți oameni literalmente nu știu că majoritatea acestor medicamente își datorează existența și eficiența nu oamenilor de știință în haine albe, ci șamanilor din junglă și plantelor cu care ei lucrează. Am pierdut legătura cu natura și înțelegerea ei — tot ceea ce ea ne dăruiește și tot ceea ce îi datorăm — deoarece, în loc să rămînă parte a naturii, oamenii au ales să se redefinească pe ei înșiși ca „stăpînii" naturii.

STĂPÎNII NATURII?

Pămîntul nu aparține omului;
omul aparține Pămîntului.

CHIEF SEATHL

Această redefinire a noastră ca stăpîni ai Pămîntului a fost cel mai des pronunțată în cei circa trei sute de ani de la începutul revoluției industriale, dar, de fapt, provine de acum mii de ani, din vremurile cînd am încetat să

---

* Este interesant că Paradis provine din indo-europeanul *pairidacza*, ce înseamnă „zid care înconjoară o grădină sau livadă". Xenofon, un mercenar grec care a luptat în armata Persiei și mai tîrziu a scris istorii și memorii, folosește cuvîntul *paradeisos*, dar în descrierile sale acesta denotă nu un zid, ci imensele parcuri pe care nobilii Persiei le construiau și în care vînau. Cuvîntul lui Xenofon este cel care e folosit în traducerea Genezei din Septuaginta pentru a desemna Grădina Edenului, iar de acolo vechea limbă engleză l-a împrumutat în jurul anului 1200. Iată cum un zid a devenit grădină!

fim nomazi și am devenit agricultori, rămînînd într-un loc și supunînd natura nevoilor noastre.

Acest fapt istoric este captat în mitologia Bibliei unde, în cartea Genezei, citim că „ni s-a dat stăpînire peste toate lucrurile vii". Unii antropologi susțin că această referință era, de fapt, o formă de propagandă a agricultorilor care se luptau pentru pămînt cu nomazii Orientului Mijlociu timpuriu. Pentru acești antropologi, Căderea, momentul cînd oamenii au fost alungați din Eden, simbolizează victoria agricultorilor. Nomazii, cîndva o parte intrinsecă a naturii, nu mai erau liberi să-și cutreiere grădinile, pentru că acum porțile erau păzite.*

Separarea noastră de natură a atins un alt punct critic în secolul al XVI-lea, odată cu nașterea științei moderne și a operei filosofului francez Rene Descartes. Cînd era un tînăr soldat în armata habsburgilor, în asediul Ulmului, Descartes a avut o viziune în care o ființă supranaturală (un uriaș înger înaripat) i-a apărut spunîndu-i că „natura poate fi cucerită prin măsurători". Acest mesaj i-a transformat viața și l-a dus la dezvoltarea filosofiei raționaliste, care a ajuns să fie cunoscută sub numele de dualism cartezian. Este credința că trupul și mintea sînt separate și ființele umane, împreună cu toate fenomenele naturale, sînt doar entități fizice. În această filosofie, sufletul — care nu poate fi „dovedit", deci nu există — este destul de inutil. De aici a răsărit toată știința.

Bineînțeles, există o incredibilă ironie în acest fapt — că știința materialistă a fost fondată pe cuvintele unei ființe imateriale. Totuși, a rămas în memorie mesajul cu privire la măsurători, și nu sursa spirituală a cuvintelor.

Unde ne-a adus negarea sufletului, separarea de natură și fixația măsurătorilor, este evident. Se estimează că 100.000 de substanțe chimice sînt deversate zilnic în mediul nostru de către companii ce operează după principii integral științifice. Nici mîncărurile nu mai sînt sigure. De cînd nu mai avem încredere că natura ne poate asigura cele necesare traiului, milioane de tone de pesticide sînt folosite anual pe recoltele noastre. Alte milioane de tone de toxine sînt eliberate în atmosferă de către tehnicile de producere a alimentelor. Știm că acestea ne otrăvesc sistemul imunitar, deoarece a crescut rata bolilor precum astm, alergii alimentare, boala lui Crohn, colite, artrite, anxietate, insomnie și depresie — și totuși nu părem în stare să ne oprim

---

* Pentru o interpretare a acestor dovezi antropologice de către un romancier, vezi *Daniel Quin, Ishmael: An Adventure of the Mind and Spirit, Bantam, 1995.*

din a ne ucide pe noi înșine prin folosirea unor procese care ne distrug rîurile, aerul și pămîntul. Atîta vreme cît putem „măsura“ rezultatele poluării, poluarea în sine aproape că nu mai contează.

Pentru a da doar un exemplu, cele 109 companii producătoare de vin din San Joaquin Valley, California, împrăștie o cantitate de gaze generatoare de smog calculată la 788 de tone anual. Aceasta, conform președintelui unei astfel de companii, vine de la o industrie care „în general, este în favoarea aerului curat. Noi sîntem atenți la mediu“. Cînd celor ce iau deciziile în industrie li se cere să-și curețe ograda, totuși, grija față de mediu face un pas în spate, lăsînd loc profitului. „Problema aici este că soluția ne va costa milioane de dolari și nici măcar nu e dovedit că funcționează. Oricum, beneficiul nu ar fi atît de mare, pentru că noi nu sîntem mari poluatori.“ Cît de mari poluatori trebuie să fie? Se pare că 788 de tone de smog pe an nu-i suficient.

Așa cum spune filosoful grădinilor, Masanobu Fukuoka:

> „Presupuneți că un om de știință vrea să înțeleagă natura. Dacă el începe prin a studia o frunză, pe măsură ce cercetarea lui avansează pînă la nivelul moleculelor, atomilor și particulelor elementare, el pierde din vedere frunza de la care a pornit… Concluzia este că cercetarea încearcă să găsească înțeles în ceva din care a scos tot înțelesul.“

Altfel spus, toate măsurătorile din lume nu ne vor aduce mai aproape de înțelegerea adevăratei naturi a lumii, nici nu ne vor spune cum să ne purtăm responsabil, spiritual, de bun-simț în lume. Numai noi o putem face.

Poate că avem nevoie să facem diferența între *fapt* și *adevăr*. Oamenii de știință pot măsura faptul că, de exemplu, rîurile sînt de zece ori mai poluate astăzi decît acum treizeci de ani, dar ei nu pot măsura adevărurile mai adînci ale condiției umane și ce înseamnă să fii parte a acestei lumi poluate. Iar știința nici nu poate să ne spună ce să facem în această situație. Doar oamenii — conectați cu sufletele lor — pot ști adevărul.

SĂ PUNEM SUFLET ÎN ȘTIINȚĂ

> Ceea ce văd în Natură este o structură magnifică pe care o putem înțelege doar foarte imperfect și aceasta trebuie să umple pe gînditor de un sentiment de umilință. Este un sentiment religios autentic.
>
> ALBERT EINSTEIN

În imaginația noastră culturală și în vederile noastre generale asupra lumii, încă sîntem parte a unei științe arhaice bazate pe măsurători ca factor determinant pentru modul în care ar trebui să trăim: ca stăpîni ai naturii și separați de ea. Oamenii de știință moderni, totuși, cred acum exact opusul acestui punct de vedere învechit care încă ne marchează cultura. Ei au rupt rîndurile vechii *științe* și s-au întors la vechile *căi*, acolo unde lumea nu e doar materială, ci însuflețită, vie, inteligentă și conștientă. Cercul este aproape complet, asemenea unui șarpe care s-a întors să-și mănînce coada.

Modelul științific actual este teoria cuantică, ce ne descoperă un univers într-adevăr foarte curios — unul în care nimic nu poate de fapt să fie măsurat, deoarece însăși acțiunea de a măsura îi schimbă natura, iar observatorul devine observat. În acest univers, materia este compusă simultan din particule și unde. Totuși, pentru a putea fi observate, ele nu pot coexista. Pentru a măsura (sau doar percepe) ceva, trebuie să „izolăm“ unda în timp și spațiu, astfel încît ea să devină o particulă. Unda pe care o priveam și pe care doream să o măsurăm încetează a mai exista. Ea devine altceva: o undă oprită în timp. Sau am putea să o privim în continuare ca pe o undă, curgînd, schimbătoare și tranzitorie — dar atunci nu putem să o măsurăm și, de fapt, ea încetează a mai fi fizică în accepțiunea obișnuită a termenului, devenind, în schimb, energie în mișcare, e-moție (engl.: e-motion, motion = mișcare) — termen care include și sentimentele noastre despre ea.

Oricum l-am privi, acest „lucru“ pe care îl observăm, nu există de sine stătător. Alegerile pe care le facem și comportamentul nostru ca observatori îi determină realitatea și, chiar atunci, modul în care îl vedem îl schimbă. Tot ceea ce putem într-adevăr spune este: „Lucrurile sînt, dacă alegem să credem că ele sînt“, ceea ce începe să sune mai mult a metafizică decît a fizică.

Ca să găsească cîtuși de puțin sens în lume, oamenii de știință sînt acum forțați să vorbească despre o realitate bazată pe noțiunea de hiperspațiu cu zece dimensiuni, ideea fiind că există alte dimensiuni sau straturi invizibile dincolo de lumea pe care o cunoaștem. Nu există nici o dovadă,

bineînțeles; dar numai făcînd această supoziție, realitatea devine fezabilă. Fară ea, lumea pe care credem că o cunoaștem nu ar putea exista. Dar, crezînd în ceva pentru care nu au nici o dovadă, oamenii de știință au devenit, de fapt, teologi. Argumentul lor că „într-o bună zi vom găsi aceste alte dimensiuni și vom dovedi că lumea este așa cum credem noi“ este la fel de solid ca acela al unui preot care spune „într-o bună zi îl vom găsi pe Dumnezeu și vom dovedi că lumea este așa cum o credem noi“.

Toate acestea înseamnă că, dincolo de fizic, există un univers energetic și noi îl creăm după chipul și asemănarea noastră clipă de clipă. Ideea nu este diferită de postulatul șamanic că lumea este făcută din spirit, nu din materie; sau că „lumea e așa cum o visezi“, cum spune populația Shuar din Amazonia. Prin „observarea“ unui univers spiritual, creezi un univers spiritual. De asemenea, văzînd doar materialitatea ca fiind „reală“, asta este ceea ce primești.

Pentru mulți șamani, actul creării lumii se bazează pe spiritele plantelor, care asigură o poartă de acces către energia de dincolo de fizic, și către Cosmos ca întreg: unitatea creației a cărei parte sîntem și față de care nu sîntem separați, în poziție de „îngrijitori“, „cuceritori“ sau „măsurători“.

A ajunge să înțelegi acest concept poate fi o provocare pentru mintea rațională occidentală. Ideea că o plantă are inteligență sau conștiință și că putem comunica cu ea este ceva ce mulți ar considera ridicol. În primul rînd, cere o acceptare a ideii că plantele pot „vorbi“ nu doar între ele, ci și cu animalele și cu oamenii.*

Aceasta nu este o idee ușor de înțeles sau de acceptat pentru noi. E nevoie să facem un salt al imaginației pentru a ne deschide posibilității unei întîlniri directe cu „cealaltă“ conștiință, sau cu spiritul plantei.

O altă provocare pentru mintea noastră rațională este faptul că intrarea în lumea magică este în principal prin limbajul viselor sau expansiunea simțurilor. Aceasta este o problemă mult mai mică pentru culturile non-vestice. De exemplu, Loulou Prince, un *medsen fey* (vindecător cu plante și șaman) din Jacmel, Haiti, spune următoarele despre propria sa muncă cu plantele:

> „Primesc multe din cunoștințele mele prin intermediul viselor. Dacă tratez un bolnav, deseori cer un vis în care să văd ce frunze să-i dau persoanei. În vise, spiritele vin la mine și îmi spun ce am

---

* Cît despre putința de a vorbi sau nu a plantelor, citiți Capitolul 1 și hotărîți singuri.

de făcut sau mă văd în pădure și unele frunze se ridică în fața mea și pe acelea va trebui să le culeg. De îndată ce cunosc asta, pot să realizez un remediu pentru persoana care suferă."

Noi, în Occident, am tot tins să minimalizăm importanța viselor. Sistemele noastre educaționale, politice, economice și legale sînt toate bazate pe măsurători. De aceea ne-am dezobișnuit să lucrăm cu eul nostru intuitiv și cel imaginativ, pe care deseori le tratăm ca fiind neimportante și cumva de a doua mînă.

Și totuși, visele și viziunile sînt porțile noastre către conștiința plantelor și, dacă ne oprim puțin să ne gîndim la aceasta, pînă la urmă nu-i atît de greu de înțeles. Fiecare mare reușită, fie ea o clădire înaltă, nașterea unui copil sau o descoperire epocală cum e cea făcută de Descartes, știința rațională, își are începuturile într-o idee, un vis, o revelație a spiritului. Nimic nu apare brusc în lume. „Imaginația", a spun Einstein, „este mai importantă decît cunoașterea".

MAGIA PLANTELOR

În ciuda dificultăților întîmpinate de mentalitatea occidentală, în ultimii ani am observat o creștere imensă a interesului față de leacurile din plante și față de cunoașterea plantelor pe care o au indigenii. Există o credință în creștere că plantele sînt un fel de „leac pentru vremurile noastre", oferind noi posibilități oamenilor, pentru care știința nu a găsit răspuns și soluții inspirate la problemele civilizației. În lucrarea de față, ne uităm la înțelepciunea aliaților noștri, plantele, și vă arătăm cum să lucrați cu ele pentru a vă dezvolta propria comuniune cu acești mari vindecători.

În Capitolul 1 analizăm spectrul vindecării cu plante. Vindecarea este un concept care, în multe culturi, merge dincolo de ceea ce cultura occidentală privește ca fiind medicina (adică administrarea unui „tratament fizic" pentru o „boală fizică"), și pășește în lumea spiritului, unde putem auzi mesajul ascuns în boală și vindeca prin înțelegere, divinație, binecuvîntările plantelor, schimbarea norocului și intrarea în noi realități în care experimentăm o lume de dincolo de fizic, unde toate lucrurile pot fi cunoscute și mai sînt mari lacune de explorat. Capitolul 1 mai explică, în termeni practici, principiile șamanice comune acestor abordări, diferite astfel încît să le puteți folosi pentru a vă găsi propriii aliați spirituali.

În Capitolul 2 abordăm conceptul de dietă șamanică, un corp de practici care îl ajută pe șaman să încorporeze spiritul plantei în propriul spirit. Din această uniune, planta însăși îl informează și îl învață pe ucenic cum să-i invoce puterea spre a fi folosită în vindecare. De asemenea, vă facem cunoștință cu unele dintre plantele pe care șamanii le consideră printre cei mai importanți aliați, precum *ajo sacha* și *chiric sanango*. Toate au calități atît psihospirituale, cît și fizice care, interesant, sînt capabile de a se adapta la nevoile culturii sau persoanei care le încorporează în dietă (adică le ingerează într-un mod disciplinat și susținut, cu intenții spirituale). Astfel, în Amazonia, unde dieta este centrală pentru antrenamentul și inițierea șamanului, *ajo sacha* e folosită la vînătoare (pentru a camufla mirosul vînătorului și pentru a-l ajuta să se concentreze asupra prăzii); în Europa și America de Nord, planta îl va ajuta pe ucenic să „vîneze“ probleme mai degrabă psihologice, interioare. Însușirea plantei rămîne aceeași, dar vindecarea ia forma de care este nevoie.

Bineînțeles, cunoașterea a ceea ce se întîmplă în Amazonia sau Haiti și a plantelor disponibile acolo are o valoare limitată pentru un ucenic occidental. Din această cauză, Capitolul 2 oferă sugestii de plante și mixturi mult mai disponibile, care vă vor ajuta să atingeți aceleași efecte, astfel încît să vă vindecați (vezi, de asemenea, Anexele 1 și 2).

Capitolul 3 tratează halucinogenele sacre. Unul dintre modurile în care plantele au fost folosite dintotdeauna este acela în care (în cuvintele lui Aldous Huxley) ele „deschid ușile percepției“ către realități noi, diferite. Este o formă de inițiere în Sine; noi legături neuronale se deschid prin comuniunea cu planta, și cel ce ține dieta poate accede la revelații neobișnuite și importante despre natura vieții proprii și a vieții în general. În acest capitol tratăm folosirea ceremonială a ayahuascăi în tradițiile Amazoniei și a cactusului San Pedro în ceremoniile din Anzi. De asemenea, descoperim cum să lucrăm cu esența universului deschis de astfel de plante, într-un mod care, în sine, nu implică ingerarea de halucinogene.

Capitolul 4 prezintă două concepte importante ale vindecării șamanice — acela de recuperare a sufletului și de eliminare a intruziunilor spirituale. Deși pînă acum au fost puțin studiate, prin aceste două practici, peste tot în lume plantele sînt folosite pentru a readuce energia vitală și pentru a îndepărta influențele negative. Capitolul explică recuperarea sufletului și extragerea intruziunilor spirituale, arătînd cum plantele sînt aliații noștri în aceste acțiuni. Deseori, acest tip de muncă de vindecare nu cere deloc ingerarea plantelor, ci folosirea lor în alte moduri, ca de exemplu „ritualul

florilor“ din Mexic, folosirea *paket-urilor* în Haiti (ele conțin plante care extrag toxinele spirituale), folosirea *chacapas* (legături de frunze întrebuințate ca zuruitoare) pentru restabilirea echilibrului în Amazonia, și ritualul „mîncătorului de păcate“ din Țara Galilor, ce implică baterea cu urzici pentru a restaura viața și vitalitatea. Veți afla cum să realizați singuri unele dintre aceste unelte de vindecare și cum să oferiți o ceremonie simplă pentru întoarcerea puterii pierdute.

Aromele frumoase ce derivă din flori și ierburi sînt folosite de multă vreme pentru vindecare și pentru inducerea de vise vizionare — de la fecioarele din templele Egiptului, care dansau cu conuri de tămîie, la băile florale din Haiti și Peru. Într-adevăr, cuvîntul parfum vine din latinescul *per fumer*, „prin fum“, o referire la tămîia rituală.

Totuși, după cum vom vedea în Capitolul 5, ceea ce nu a fost atît de des notat este faptul că aromele florilor pot fi folosite pentru a modifica realitatea fizică prin schimbarea norocului — privit ca o forță reală și controlabilă în tradiția șamanică. În Amazonia, specialiștii în această formă de magie sînt cunoscuți sub numele de *perfumeros* și ei sînt capabili să folosească mirosul nu doar pentru înfrumusețare sau în ritual, ci și pentru atingere unor scopuri cît se poate de practice, cum ar fi reușita în afaceri, cîștigarea unor procese la tribunal, aducerea înapoi a iubitelor/iubiților care s-au îndepărtat. Aici există un paralelism cu tradiția Hoodoo din New Orleans, care folosește uleiuri esențiale pentru a atinge aceleași scopuri.

Aceste tehnici sînt explicate în Capitolul 5, unde dezvăluim, de asemenea, și unul dintre cele mai bine păstrate (și mai controversate) secrete ale lucrului cu plante: cum acționează *pusanga* („leacul de dragoste“ amazonian). Vă învățăm cum să găsiți și cum să faceți propria pusanga folosind ierburi și flori care cresc local și vă dăm rețete de uleiuri parfumate pentru a vă schimba norocul în dragoste, bani, sănătate și magie.

Capitolul 6 explorează băile florale, un alt mod de a îndepărta blocajele energetice și de a revitaliza spiritul. Și ele sînt folosite în numeroase tradiții șamanice inclusiv cele din Brazilia, Haiti, Indonezia și Peru. De asemenea, la ele se face referire și în legendele celtice, care ne aduc la cunoștință vechile practici de „mîncare a păcatelor“ și mitul Graalului. Există multe astfel de băi — de la înflăcăratele băi *kleren,* în care persoana se îmbăiază în foc, la relaxantele băi parfumate, care curăță spiritul și atrag dragostea. În toate cazurile, ele lucrează asupra energiilor noastre pentru a restabili echilibrul și armonia.

Capitolul 6 explică corpul energetic, cum și de ce devine blocat și dezechilibrat și ce puteți face pentru a vă reenergiza. Include și rețete pentru băi pe care le puteți face cu ierburi și uleiuri ușor de găsit.

În final, după ce v-am familiarizat cu unele dintre principalele concepte și modalități ale lucrului cu spiritele plantelor, Capitolul 7 vă oferă sugestii pentru extinderea lucrului cu acești aliați. Vă explicam, de exemplu, cum puteți desfășura o vindecare într-un cadru modern, în care să vă comunicați cunoașterea tratîndu-i pe alții.

În anexele de la sfîrșitul cărții veți găsi tabele ce conțin cele mai folosite plante din Peru și din Caraibe, folosirea lor în vindecare și magie, și plante similare ce vă vor permite să continuați explorările în lumea spiritelor plantelor. De asemenea, am inclus rețetele Hoodoo pentru noroc și succes. După aceste anexe urmează un glosar al termenilor utilizați în lucrarea de față.

1

NIMIC NU ESTE ASCUNS: CUM VINDECĂ PLANTELE

> Întrucît nimic nu e atît de secret ori de ascuns încît să nu poată fi revelat, totul depinde de descoperirea acelor lucruri care manifestă ceea ce este ascuns… Cel ce dorește a explora Natura, trebuie să-i parcurgă cărțile cu pasul.
>
> PARACELSUS

Un concept prezent în toată munca cu plantele este acela că natura însăși vă poate spune la ce folosește o plantă. Iar dulăpiorul cu plante al naturii este bine aprovizionat și mereu în fața voastră. Șamanii disting puterile și calitățile spirituale ale plantelor în multe feluri: după culoarea florilor, după parfumuri, forma frunzelor, locul unde cresc, emoțiile pe care le stîrnesc și peisajul mai larg, geografic, cultural sau mitologic, pe care îl ocupă.

Deși astfel de considerațiuni nu au nici un rol în medicina modernă occidentală (ea nu crede deloc în puterile spirituale), pînă nu demult am avut și noi această înțelegere a faptului că natura este vie și ne vorbește. În secolul al XVI-lea, alchimistul și filosoful Aureolus Phillippus Theophrastus Bombast — cunoscut mai bine sub numele de Paracelsus — a prezentat această noțiune în tratatul său, *Doctrina semnăturilor*, în care a scris că Creatorul și-a pus pecetea asupra plantelor pentru a indica utilizările lor medicinale. Nu era doar o speculație goală din partea lui Paracelsus; natura însăși l-a învățat acest adevăr.

„Căutînd adevărul", a scris el, „m-am întrebat în sinea mea cum aș putea să învăț această artă dacă nu ar exista învățători ai medicinei pe lume. Nu altfel decît din marea carte a naturii, scrisă de mîna lui Dumnezeu… Lumina naturii, iar nu vreo lampă de farmacie, este cea care m-a condus pe cale."

În această „carte a naturii“, Paracelsus a observat cum calitățile plantelor deseori se regăsesc în aspectul lor — de exemplu, semințele de gura-lupului seamănă cu niște mici cranii și, logic, sînt eficiente la tratarea durerilor de cap. În același mod, codițele goale în interior ale usturoiului seamănă cu traheea și, în consecință, sînt bune pentru problemele gîtului și bronhiilor. Iar salcia, care crește în locuri umede, va vindeca reumatismul cauzat de acumularea fluidelor în încheieturi.

De fapt, așa cum Thomas Bertram remarcă în a sa *Enciclopedie a Medicinii Plantelor*, „exemplele sînt numeroase. E curios cum multe dintre remediile pentru ficat au flori galbene, cele pentru nervi sînt albastre. Serpentaria (Rauwolfia) seamănă cu un șarpe și este un remediu tradițional vechi pentru mușcătura de șarpe. Ceea ce confirmă *Doctrina Semnăturilor*.“

Ceea ce reiese din tratatul lui Paracelsus este premisa că natura în sine e un organism viu ce trebuie considerat a fi o expresie a „Vieții Unice „ și că oamenii și universul sînt la fel în natura lor esențială. Acestei idei i-a fost ecou (unii ar spune dovadă), la cinci sute de ani după Paracelsus, ipoteza Gaia asupra unității vieții a doctorului James Lovelock. Lovelock ne arată că Pămîntul menține condiții relativ constante de temperatură și atmosferice într-o măsură care desfide observațiile raționale și măsurătorile prognostice despre „ce ar trebui“ să se întîmple. Este ca și cum Pămîntul este un organism viu care are conștient grijă de sine, cu ființele umane ca parte a acestui proces. „Noi sîntem, prin informațiile și comunicarea noastră, sistemul nervos al planetei“, a scris el. „Prin noi, Gaia s-a văzut pe ea însăși din spațiu și începe să-și cunoască locul din Univers. Noi ar trebui să fim inima și mintea Pămîntului, nu boala sa… Mai mult, ar trebui să ne amintim că sîntem parte a lui și că ne este, într-adevăr, casă.“

Datorită convingerii sale profunde că planeta este un organism viu și conștient, Paracelsus a susținut că natura interioară a plantelor poate fi descoperită prin formele lor exterioare sau „semnăturile“ lor. El a aplicat acest principiu atît mîncării, cît și medicinei, remarcînd că „Spiritul Vieții rezidă nu în cantitatea de mîncare, ci în calitatea ei“ — o credință împărtășită și de cei care aleg hrana organică și sînt îngrijorați de utilizarea organismelor modificate genetic, cărora le lipsește forța vitală sau spiritul.

Doctrina semnăturilor, în sine, nu este cunoscută multor șamani indigeni, dar ei înțeleg principiul său destul de bine — că natura este vie, conștientă și comunică cu noi. Acest principiu nu e deloc considerat fantezist, ci foarte practic și destul de important încît să salveze vieți.

Am descoperit cum operează doctrina semnăturilor în Amazonia, de exemplu, într-o experiență cu planta *jergon sacha*. Howard ne povestește:

> Am întîlnit planta aceasta pe cînd mă plimbam prin junglă cu șamanul Javier Arevalo, studiind plantele. Javier m-a întrebat de ce aveam întotdeauna cu mine o macetă. I-am răspuns în glumă: „Ca să mă apăr de anaconda!“
>
> El s-a oprit un moment, apoi mi-a zis să-l urmez. Peste cîteva minute, am ajuns la o plantă înaltă. Aceasta e *jergon sacha*, a spus el. Javier a tăiat o ramură și a început să mă bată cu ea pe corp, insistînd asupra picioarelor și tălpilor. Apoi a spus: „Gata cu problemele, ești protejat de atacurile șerpilor.“ L-am întrebat de ce această plantă e folosită astfel, iar el mi-a arătat desenul de pe ramură, care era identic cu cel al șerpilor din pădure. (Vezi fotografiile plantei jergon sacha la pagina 7 a secțiunii foto.)
>
> Mai tîrziu, am început să analizăm planta și am descoperit cîteva corespondențe uimitoare. Jergon sacha este folosită pe scară largă în Amazonia ca antidot al veninului de șarpe. Revenind la conceptul semnăturilor, planta e o dovadă clară a unei forme exterioare care indică proprietățile interioare. Folosirea ei e direct legată de aparența fizică, tulpinile sale înalte semănînd mult cu vipera veninoasă jararaca sau „stăpînul tufișurilor“ — specie amazoniană. Stăpînul tufișurilor, spre deosebire de mulți alți șerpi, este agresiv și își apără teritoriul. Poate lovi într-o fracțiune de secundă de la cinci metri și, pe bună dreptate, este temut și respectat.
>
> În mod remarcabil, jergon sacha este un antidot foarte eficient pentru mușcături, atunci cînd un tubercul mare este tăiat bucăți, amestecat cu apă rece și apoi băut sau pus într-o frunză de bananier și legat în jurul rănii. Bineînțeles că, pragmatic vorbind, este imposibil să păstrezi vaccinuri anti-venin în junglă, unde nu există refrigerare; astfel că planta vie are o importanță excepțională în salvarea vieților celor mușcați de șerpi. Și importanța ei este recunoscută pentru că însăși planta îi spune șamanului la ce poate fi folosită, prin modelul de pe tulpină.

O altă exemplificare a legăturii dintre forma și funcția unei plante ne-o oferă Artidoro Aro Cardenas, un șaman care lucrează cu parfumurile plantelor. „Dacă mirosul unei flori are puterea de-a atrage insecte sau păsări, atunci el poate atrage și noroc către oameni“, spune el. Artidoro face parfumuri care, de exemplu, atrag clienții în magazin („Doar îți pui puțin parfum pe față, și atragi oamenii către afacerea ta“), dar și parfumuri pentru dragoste

sau altele pentru „înflorire“ — dezvoltare și succes. „Privesc ce face planta și, dacă e atrăgătoare, o folosesc pentru asta. Plantele sînt forțele naturii. Tot ceea ce fac este să dau acestor forțe o direcție.“ (În Capitolul 5 tratăm mai pe larg folosirea parfumurilor.)

Sistemul homeopatic este, de asemenea, bazat pe principiul unui univers sensibil, cunoscut prin semnăturile sale. Hipocrat a vorbit despre legea universală *similia similibus curentur* (cui pe cui se scoate), iar pionierul modern al homeopatiei, Samuel Hahnemann (1755-1843), a arătat prin experimentele sale că plantele conțin o esență vindecătoare sau calitate spirituală, care are afinitate cu ființele umane și acționează asupra lor în funcție de natura bolii de care suferă.

Nimeni nu știe cu adevărat cum lucrează homeopatia (prin „nimeni“ înțelegem clinicienii și savanții care nu cred în lumea nonfizică); dar este clar că ea funcționează. În 1836, de exemplu, cînd holera a distrus multe orașe austriece, iar medicina clasică nu a putut să-i oprească răspîndirea, guvernul, în disperare de cauză, a apelat la homeopatie și a încropit rapid un spital în care au fost tratați pacienții. Rezultatele au fost concludente: în timp ce spitalele clasice au raportat decese în mai mult de 70% dintre cazuri, spitalul homeopat a avut o rată a deceselor de doar 30%. Șamanii au o explicație simplă pentru aceasta: doctorii homeopați au apelat și au implicat spiritele plantelor pentru a interveni asupra pacienților, iar spiritele au răspuns la chemarea lor.

MAGIA SIMPATETICĂ: SIMILARUL PRODUCE SIMILAR, TOATE LUCRURILE SÎNT CONECTATE

Principiile magiei, care operează în lumea șamanică și au fost identificate de Sir James Frazer în cartea sa *Creanga de aur*, prezintă și ele interes aici. Frazer nu a fost un fan al ceea ce el numea „magie primitivă… arta bastardă“, dar i-a înțeles conceptele.

Dacă analizăm principiile gîndirii pe care se bazează magia, vom găsi că ele se reduc la două: primul este că similarul produce similar… iar al doilea, că lucrurile care au fost cîndva în contact unul cu altul continuă să se influențeze la distanță, după ce contactul fizic a fost întrerupt.

Ambele ramuri ale magiei pot fi ușor înțelese sub numele general de Magie Simpatetică, deoarece ambele presupun că lucrurile se influențează reciproc la distanță, printr-o simpatie secretă, impulsul fiind transmis dintr-o

parte în cealaltă prin ceea ce putem concepe ca fiind un eter invizibil, care nu e diferit de cel postulat de știința modernă pentru explicarea unor fenomene similare, precum modul în care lucrurile se pot afecta fizic reciproc printr-un spațiu ce pare a fi gol.

Ideea din spatele „magiei simpatetice", pe care Frazer le-a observat la numeroase culturi, inclusiv a noastră, este în primul rînd aceea că, dacă o plantă arată precum ceea ce va fi tratat, atunci ea va fi eficientă în tratament. *Jergon sacha* e doar un exemplu. Mai există o plantă amazoniană despre care se crede că e eficientă în cazurile de răpiri de către sirene, care, de exemplu, pot lua forma delfinilor roz, răpindu-i pe cei neatenți în țara morților de sub valuri. Faptul că planta protejează împotriva unor astfel de răpiri este evident din aspectul său: e roz și crește drept, precum un delfin care sare din mare.

În Haiti acest principiu este, de asemenea, cunoscut și folosit. De exemplu, în lucrările magice de „legare" (adică făcute pentru a lega pe cineva de o persoană sau pentru a-l reține împotriva voinței sale), se folosesc liane, plante agățătoare cu care se prinde o reprezentare a „legatului" de un obiect, de exemplu, o piatră. Sînt folosiți cîrceii, pentru că ei se încolăcesc în mod natural în jurul unui suport (de exemplu un copac), iar puterea atașării crește pe măsură ce trece timpul.

Observația lui Frazer că există o „simpatie secretă" în natură sugerează încă un principiu șamanic: că fiecare plantă nu doar se reprezintă pe sine și calitățile sale, ci și întreaga sa specie. Astfel, un cîmp de lavandă nu e doar un cîmp, ci toate cîmpurile, indicînd totalitatea lumii naturale. Un șaman care își face lavanda aliat este, prin urmare, în contact atît cu planta, cît și cu însuși sufletul naturii și cu fiecare plantă ce este sau a fost vreodată acolo.

Primul pas al fiecărui șaman e, așadar, să ia legătura cu principalul său aliat-plantă, care devine o *punka* (cuvînt Quechacare ce înseamnă ușă) către lumea spiritelor plantelor, după cum spun șamanii Amazoniei. Exercițiile următoare vă vor învăța cum să contactați un aliat propriu.

O călătorie către plante

Indiferent de specializare (ritualuri de vindecare, ori divinație, de exemplu), o caracteristică-cheie comună tuturor șamanilor antici și moderni din toate culturile este o stare de conștiință specială, de transă, care le dă comuniunea cu energia (sau spiritul) Universului.

Această practică a ajuns să fie cunoscută sub numele de *călătorie șamanică*.

Pentru tribul Sora din India, călătoria șamanică înseamnă că șamanul comandă sufletului să-și părăsească trupul pentru a se întîlni cu spiritele și pentru ca ele să vorbească prin el.

În Siberia, șamanul zboară în lumea cealaltă pentru a-și întîlni spiritele călăuzitoare și pentru a salva sufletele pierdute.

În Haiti, sufletul șamanului se duce în Gine (pronunțat Ginn-NAY; Africa ancestrală), pentru ca strămoșii și ființele angelice să-i poată prelua trupul și transmite vindecarea prin el.

Așadar, în toate culturile, călătoria șamanică este un mijloc de a explora universul spiritual, de a lua contact cu spiritele tutelare, pentru recuperarea energiei pierdute sau pentru a afla mai multe despre noi înșine și viața noastră.

În acest exercițiu, vom folosi călătoria șamanică pentru a întîlni spiritul plantei care vă cheamă.

Pentru a întreprinde orice călătorie șamanică, trebuie să vă găsiți un moment și un loc în care să fiți singuri și nederanjați de nimic pentru aproximativ douăzeci de minute. Apoi stingeți lumina sau vă acoperiți ochii și vă lungiți pe spate, cu picioarele întinse și mîinile pe lîngă corp, relaxîndu-vă. Aceasta este postura clasică pentru călătoria șamanică.

De cele mai multe ori, călătoria șamanică se face pe sunet de tobe; acesta ajută la declanșarea unor stări de visare, purtîndu-l pe șaman într-o experiență mai holistică a lumii în plenitudinea sa. Puteți să bateți singur toba (dar asta bineînțeles că vă va impiedica să mențineți postura), să rugați un prieten să o bată sau să folosiți un CD sau o casetă cu tobe șamanice pentru a vă ghida călătoria. Toate sînt eficiente.

Exprimarea intenției, a scopului călătoriei șamanice și focalizarea asupra sa e, de asemenea, importantă. Intenția este energia care ghidează călătoria și care nu vă lasă să rătăciți fără țel. Următorul pas este deci să vă exprimați intenția, făcînd o afirmare a scopului călătoriei șamanice într-un mod pozitiv. Aceasta va spori conștientizarea interioară pentru a intra în legătură cu mintea Universului, astfel încît să lucrați cu ea și să vă direcționați energia spre un scop specific. Astfel, nici nu veți fi distras, întrucît aveți un obiectiv clar, bine definit, în minte.

În călătoria de față, intenția va fi aceea de a întîlni un aliat-plantă — conștiința unei plante care vă va ghida în lumea magică a minții colective

a plantelor. Nu e nevoie să aveți o plantă anume în minte; în schimb, fiți deschis către ceea ce vine către dumneavoastră.

De îndată ce toba începe să bată, imaginați-vă intrînd într-un loc care vă face să vă simțiți conectat cu Pămîntul într-un mod plin de sens pentru dumneavoastră — poate un deșert, o junglă, un vîrf de munte. Orice loc este bun, atîta vreme cît puteți să vă simțiți prezent cu adevărat acolo. Apoi, exprimați-vă din nou intenția și permiteți imaginației dv. să vă poarte încotro vrea ea. Nu încercați să controlați sau să dictați ceea ce se întîmplă sau informațiile pe care le primiți. Doar relaxați-vă și lăsați-vă ghidați de intenție. Tot ce trebuie să faceți este să primiți.

Cînd aliatul vă apare, petreceți o vreme discutînd cu el. Întrebați despre darurile de vindecare ale plantei și despre modul în care aceste proprietăți se manifestă în planta însăși. Întrebați despre modurile în care puteți lucra cu aliatul și cu plantele care îl manifestă. De asemenea, întrebați ce puteți oferi în schimbul ajutorului primit.

Șamanii spun că trebuie să ne hrănim aliații pentru a le da energia de care au nevoie să ne ajute. „Hrănirea“ poate lua multe forme, în funcție de ce are nevoie spiritul — un ritual, de exemplu, sau o ofrandă de vreun fel. Lăsați-vă ghidat de plantă pentru a-i afla cerințele.

Dacă sînteți începător în ale călătoriei șamanice, se poate să vi se pară straniu. Mulți oameni, după prima călătorie șamanică, întreabă același lucru: „A fost adevărat (adică am întîlnit într-adevăr spiritul unei plante?), sau e doar imaginația mea?“ Nu există loc de „doar“ aici. Chiar dacă a fost imaginația (iar imaginația niciodată nu trebuie subestimată sau echivalată cu „fanteziile“), ați învățat ceva important din adîncul dumneavoastră, dintr-un loc de potențial neutilizat pînă acum și de putere naturală pe care de obicei nu le folosim în viața de zi cu zi. Acest loc de putere este, în același timp, și lumea spiritului.

Așa că puteți lua călătoria cum doriți — drept geniul dumneavoastră imaginativ jucîndu-se sau comuniune cu mintea universală — deoarece rezultatul este cel mai important: dacă primiți informații folositoare în călătorie, atunci cu siguranță e reală. Într-un fel sau în altul, informația pe care o aveți vă validează experiența și o face să fie reală. De fapt, acordîndu-ne la astfel de plante, de obicei devine evident că știm despre ele mult mai multe decît credeam; ajungem să vedem că vindecarea cu plante nu este rezervată doar doctorilor, botaniștilor sau altor „experți“, ci e parte a anticei înțelepciuni celulare a umanității; și dreptul prin naștere al tuturor.

După ce ați vorbit cu planta dumneavoastră aliată, întrebați dacă puteți să vă contopiți cu ea (răspunsul va fi aproape cu certitudine „Da"), apoi întindeți brațele și simțiți energia acestui spirit intrîndu-vă în inimă și devenind o parte a dumneavoastră. Inspirați-o și permiteți-i să vă inunde întreaga ființă. Cînd sînteți gata sau cînd ați auzit semnalul de întoarcere al tobei, reluați în sens invers drumul pe care ați ajuns în acest loc de întîlnire din altă lume, întorcîndu-vă la starea normală de conștiință.

Întîlnirea plantei în această lume

De îndată ce v-ați întîlnit aliatul în lumea spiritului, veți ști cu ce plantă să lucrați în realitatea ordinară. În tăcere și într-o manieră meditativă și concentrată (ceea ce șamanii numesc „plimbarea atenției"), mergeți în natură și găsiți-vă planta. Nu este nevoie s-o căutați; doar bucurați-vă de plimbare și ascultați-i chemarea. Planta vă va găsi ea pe dumneavoastră.

Petreceți ceva timp cu planta după ce ați întîlnit-o, unindu-vă conștiința cu a ei și simțindu-i calitățile și intențiile vindecătoare. Lăsați-vă ochii să se defocalizeze puțin privind-o ca să-i vedeți esența de dincolo de formă. Aceasta este tehnica șamanică a privirii. După ceva vreme, începeți să scrieți, ca într-un un șuvoi al conștiinței, toate ideile și asociațiile care vă vin cînd priviți planta sau cînd vă gîndiți la ea. Este un alt mod de a o cunoaște — permițîndu-i să vorbească prin intuiția dumneavoastră.

Cunoașterea aliatului

Adunați la un loc toate informațiile pe care le-ați primit în timpul călătoriei șamanice, al privirii plantei, al meditației asupra sa, al scrierii gîndurilor dumneavoastră, precum și din cercetările adiționale pe care le-ați făcut asupra plantei. Apoi, începeți să rafinați informațiile pînă ajungeți la o specificație pentru aliatul cu care veți lucra, similară cu exemplul de mai jos. (Secțiunea asupra intenției spirituale este cea mai importantă, deoarece această informație v-a fost dată de planta însăși în călătoriile pe care le-ați făcut și în meditațiile asupra calităților sale.)

Un exemplu: salvia

Recoltare: Frunzele pot fi culese oricînd, dar sînt mai puternice primăvara.

Dezinfectează răni deschise, poate fi folosită într-un alambic pentru purificarea aerului; cîndva, era folosită în spitale pentru a ucide virușii.

Salvia curăță de asemenea și gura, și are ingrediente esențiale folosite în paste de dinți și ape de gură. Vindecă infecții ale gîtului, ulcerele, amigdalita.

Salvia combate diareea, reduce transpirația* și căldura corporală (de exemplu, bufeurile cauzate de menopauză).

Salvia oprește lactația. Pentru înțărcarea copilului, mama ar trebui să consume salvie. Deși proprietățile sale trec în lapte, aceasta e sigură pentru copil.

Salvia îndepărtează congestia mucoaselor, vindecă și previne răcelile.

Intențiile spirituale: Ce are de spus salvia: „Eu am calitatea *de a usca*. Mai toată vindecarea pe care o ofer este legată de asta. Ajut acolo unde există prea multă fluiditate.

Asta poate însemna și schimbare, confuzie, răsturnări emoționale, nesiguranță. În astfel de momente eu înrădăcinez și ofer curățare și protecție. Beți-mă, inspirați fumul meu, atîrnați-mă deasupra ușii casei și eu vă voi purifica și voi opri energiile care nu vă sînt de ajutor. Visele vă vor fi mai puternice și vă vor arăta viitorul, dacă dormiți cu mine aproape. Unii spun că parfumul meu e aroma bogăției, eu atrag bani către voi. Frunzele mele au forma limbii voastre, așa că ajut la infecțiile gurii și ale gîtului. Numele meu (salvie — sage) înseamnă înțelepciune și vă aduc cunoaștere și memorie puternică."

ATENȚIE : Nu consumați salvie în timpul sarcinii. Evitați-o în cazurile de epilepsie.

* Nu folosiți salvia pentru a reduce transpirația cînd aveți febră.

Odată puse la un loc datele dumneavoastră despre plantă, verificați-vă intuițiile comparîndu-le cu informațiile dintr-o enciclopedie de fitoterapie,

pentru a vedea cum se situează percepțiile dumneavoastră comparativ cu ale altora. S-ar putea să fiți surprinși de precizia descoperită. Dar, de fapt, nu este atît de uimitor, dacă vă gîndiți puțin: cîndva, undeva, plantele și-au spus către cineva secretele pentru a fi înregistrate într-o enciclopedie; de ce nu ar vorbi și cu dumneavoastră?

VINDECAREA ȘAMANICĂ CU PLANTE

> Conceptul relativ limitat al unui «leac» din plante ca fiind o substanță care are sau se spune că are proprietăți curative sau vindecătoare este caracteristic societății occidentale. În multe regiuni ale lumii, termenul e folosit într-un sens extins, care include leacuri pentru dragoste, succes în vînzări, mulțumirea strămoșilor sau pentru orice este neobișnuit, sacru și învestit cu putere magică.
>
> FRANK J. LIPP, etnobotanist

Vindecarea șamanică cu plante ia foarte rareori forma — și niciodată exclusiv — administrării unor leacuri, așa cum ar înțelege acest termen un doctor occidental. În schimb, ea poate include divinație, primirea de binecuvîntări spirituale, poțiuni magice pentru schimbarea „norocului“ sau vindecarea sufletului prin energia plantelor, și nu prin atributele lor fizice.

Țelul unui șaman al plantelor este, deseori, nu de a vindeca o boală, ci de a-i îndepărta cauza spirituală, prin restabilirea în pacient a unui sentiment de echilibru, armonie și reconectarea cu sacrul și cu Pămîntul. Starea de echilibru și unitate este privită ca fiind starea naturală de existență a ființelor umane; de îndată ce pacientul o simte din nou, boala (care era mai curînd un mesager al stării de deconectare, decît o stare de sine stătătoare) nu mai are motiv să existe și va dispărea ca prin farmec. În aceasta, planta este un intermediar care joacă rolul de doctor, consilier, confesor, terapeut sau prieten — de orice are nevoie pacientul sau șamanul — care ajută la restabilirea echilibrului, mai degrabă decît o sursă de proprietăți chimice și medicale.

După cum subliniază etnobotanistul Frank J. Lipp, plantele joacă un rol esențial în ideile de echilibru și ordine cosmologică. Acestea deseori reflectă teorii medicale sofisticate ale corpului uman, ale simptomelor sale și ale cauzelor lor ascunse. Mai mult, nu există o distincție netă între „plante medicinale“ și „plante hrănitoare“, întrucît multe plante — de exemplu, salvia și ardeiul iute — sînt folosite atît ca hrană, cît și ca medicament.

Intenția șamanului și cooperarea din partea plantei decid dacă ea este vindecătoare sau mîncare. În Anzii din Peru, de exemplu, frunzele de coca sînt folosite medicinal pentru a le da oamenilor energie și a-i ajuta să reziste la altitudinea mare care le secătuiește puterile, dar ele sînt, de asemenea, și printre cele mai sacre plante, folosite ca ofrande pentru zei. De aceea, nu e ceva neobișnuit să vezi un șaman din Anzi mestecînd coca pe post de aliment cu proprietăți medicinale și, în același timp, oferind frunzele ca parte a unei ceremonii. În unul și același moment, planta este medicament, mîncare și aliat spiritual. Cea care face diferența este intenția șamanului.

Un alt exemplu, de această dată oferit de Lipp, este cel al vindecătorilor din Zair, care trebuie să viziteze pădurile sacre în care sînt îngropați strămoșii și să culeagă anumite ierburi exact cînd razele Soarelui scad, pentru a vindeca un pacient cu febră. „Puterea medicinală a unei plante poate dormita pînă cînd incantația corectă a fost pronunțată, lucru care îi definește rostul și îi direcționează acțiunea“, spune Lipp. Spiritelor strămoșilor li se cere să facă febra să scadă, la fel cum scad razele Soarelui la apus. Fără această invocație, declarație de intenție, ierburile nu ar lucra, indiferent cît de puternice ar fi din punct de vedere chimic.

PLANTELE CA PLACEBO

După cum tot Lipp remarca, „de pe vremea lui Platon este recunoscut că substanțe fără eficiență chimică inerentă pot fi folositoare în eliminarea simptomelor și durerii“. Se estimează că 35-45% din toate prescripțiile medicale vestice sînt pentru medicamente care, prin ele însele, nu pot afecta bolile pentru care sînt prescrise. Acesta este cunoscut ca „efectul placebo“ — folosirea unor materii inerte de proveniență vegetală, ca de exemplu zahărul, care sînt date pacientului cu promisiunea că va fi vindecat — și este mai curînd tratat cu dispreț în Vest, dar, de fapt, funcționează, și încă deseori mai bine decît medicina clasică.

După estimările lui Lipp, recuperarea noastră din boală se datorează acestui efect în 30-50% din cazuri. Dacă medicamentul pe care îl luăm nu are calități medicale, atunci factorul răspunzător pentru abilitatea acestor derivate din plante de a ne vindeca nu este cumva ceva nonchimic — spiritul plantei — și intenția de a vindeca a vindecătorului?

Poate că problema cea mai mare a minții occidentale în a accepta vindecarea cu spiritele plantelor ca practică *bona fide* este, după cum am spus mai devreme, faptul că rezultatele sale nu sînt științific măsurabile. Nu e

la fel ca, de exemplu, să dai cuiva o aspirină și să constați că peste o jumătate de oră problema a dispărut, că simptomul, cel puțin, dacă nu chiar problema reală (cauza ascunsă a durerii de cap), este vindecat.

Cum măsori, de exemplu, eficiența unei plante în a face pe cineva să se îndrăgostească de tine sau în creșterea rulajului afacerii tale? Din cauza modelului pe care îl folosește știința, întotdeauna vor fi alți factori de studiat, astfel încît cauzele „supranaturale“ să fie scoase din cadrul analizei. Pînă la urmă, acesta este și scopul științei. Din acest punct de vedere, știința e tautologică. Bineînțeles, găsim ceea ce căutam. Oricînd savanții se apucă să caute o explicație alternativă care să dovedească faptul că spiritele plantelor nu există, asta și descoperă, pentru că asta au căutat chiar de la început. Ironia este că, și în cazul care e dovedit științific că un placebo funcționează, avem tendința să negăm vindecarea numind-o ineficientă și punîndu-i succesul pe seama credulității. Dacă totuși ne deschidem mintea spre modul în care într-adevăr plantele funcționează, vom observa mai curînd posibilitățile decît limitările, mai curînd miracolele decît „trucurile“.

PLANTELE CA FACTOR DE ECHILIBRARE

În articolul său *Vrăjită în Bolivia*, apărut în ziarul *The Globe and Mail*, Michele Peterson ne oferă viziunea unei forme de vindecare șamanică în care, din nou, vindecarea nu se bazează deloc pe ingestia de plante ca leacuri. În schimb, aici, planta are o utilizare de consiliere terapeutică, vindecînd prin restaurarea echilibrului. Peterson scrie:

> Luna plină se înalța deasupra Muntelui Illimani, iar eu am intrat pe o alee din capitala boliviană. Eram la cîțiva pași în urma lui Juan Mamani, un magician al muntelui, și căutam un loc liber în care el să facă o ședință de diagnosticare paranormală, prin aruncarea și citirea frunzelor de coca…
>
> În final, la adăpostul unui zid, el și-a desfăcut scaunul pliant și și-a pus *botiquin*-ul (punga de leacuri) pe genunchi. Apoi, a golit o mică punguță de plastic de frunze de coca de un verde pal și a început să mestece cîteva dintre ele. A pus o frunză pe o monedă veche, a făcut semnul crucii, și-a pus mîinile pe abdomen, a inspirat adînc și a expirat ușor, suflînd în frunze. Ridicînd mîinile, el a lăsat frunzele să cadă. Citirea mea începuse.

Michele fusese alarmată de o serie de vise înfricoșătoare despre familia sa și a căutat un magician de pe munte (numit local *kallawaya*) care s-o ajute să se liniștească și să înțeleagă visele. La începutul divinației, kallawaya a rupt o figură dintr-o frunză de coca, spunîndu-i că îl reprezenta pe tatăl ei. Apoi a aruncat-o în vînt și a observat unde a căzut. „El e sănătos. Dar e deconectat de la Mama Pămînt și trăiește în frică", a spus. O altă frunză a reprezentat-o pe mama ei. Aceasta a fost luată de briză și a aterizat cu fața în jos. „Aceasta înseamnă tristețe", a spus el. Apoi, privind la ambele frunze, la relația dintre ele, locul în care au atins pămîntul și observînd că se aflau în centrul unui grup de alte frunze, kallawaya a conchis: „Sînt înconjurați de energie negativă. Trebuie să se reconecteze la Mama Pămînt."

Frunzele de coca folosite astfel, deși am vorbit mai sus de divinație, sînt, de fapt, unelte de diagnosticare și vindecare, întrucît, cunoscînd cauza problemei, putem găsi o soluție. În acest caz, îngrijorările lui Michele referitoare la familia sa se risipesc, iar părinții ei vor fi ajutați, dacă pot, să se reconecteze la lumea naturală.

Kallawaya erau cîndva doctorii regilor și încă sînt consultați în zilele noastre de peste 80% dintre bolivieni. Medicina convențională a început și ea să le recunoască știința. Kallawaya au fost primii care au folosit coaja copacului *cinchona* pentru a controla malaria, de exemplu, iar acum aceasta se folosește ca sursă de chinină, unul dintre remediile cele mai eficiente de prevenire și vindecare a acestei boli. Michele scrie: „Studii recente consemnează dovezi ale puterii vindecătoare a mai multor ierburi medicinale folosite de kallawaya."

Aici similaritatea cu practica medicală modernă se oprește, pentru că: „Kallawaya cred că bolile fizice își au originea în suflet, fiind cauzate de faptul că *ajaya*, forța vitală, părăsește corpul. Sarcina vindecătorului este s-o aducă înapoi în trup și să readucă echilibrul cu spiritul și cu mediul." Nu medicamentele sînt răspunsul, ci scopul este restaurarea armoniei prin acțiunea plantei asupra sufletului. (Vezi și Capitolul 4 pentru mai multe informații asupra acestui fel de vindecare).

În Anzii peruvieni și bolivieni, un mod de a găsi echilibrul este prin aducerea unei ofrande — constînd din ierburi, bani și talismane — într-o ceremonie pentru *Pachamana*, spiritul Pămîntului. Denumirea locală este *offerenda*, iar ceremonia se ține deseori în locuri sacre, numite *haaca*. Acestea sînt dealuri, lacuri și stînci care au puteri speciale și care sînt casele anumitor *apus* — spirite.

Ceremonia lui Michele a necesitat o lumînare galbenă, tămîie copal, calcar, *madera de santo*, alpaca colorată și mai multe ierburi, pe care i s-a spus să le ardă și să îngroape cenușa în pămînt.

Întrucît ea este o jurnalistă vestică, bineînțeles că nu a făcut nimic din toate acestea. Și-a scris articolul și a plecat. Dar, dacă ar fi făcut ce i-a spus kallawaya, poate că ar fi observat unele rezultate neobișnuite și benefice.

Într-o călătorie în Peru pe care am facilitat-o în 1998, am aranjat pentru un grup de occidentali să ia parte la o offerenda similară cu a lui Michele. Cînd ne-am adunat pe versantul muntelui, aproape de unul dintre locurile sacre ale regiunii, un vînt ușor a început să bată, ridicînd departe în cer fumul micului nostru foc. Unul după altul, membrii grupului au pășit înainte și și-au șoptit spre fum rugăciunile, punînd împreună alături de offerenda lor cîte una sau două frunze de coca ce le-au fost înmînate de femeia noastră șaman, Dora Rivera Lenz. Apoi și-au ars ofrandele în flăcări.

Această ceremonie simplă a schimbat viețile unora dintre ei. Probleme misterioase de sănătate, care îi supărau de ani de zile, s-au risipit brusc, fără alte forme de tratament. Alții au găsit în ei puterea de a părăsi locuri de muncă nemulțumitoare din care nu puteau să plece din cauza fricii de schimbare. Un cuplu care abia se cunoscuse a decis pe loc să se căsătorească. Au făcut asta la întoarcerea în Anglia și acum, cînd scriu aceste rînduri, sînt încă fericiți împreună, la șapte ani după căsătorie.

„Aș putea spune că a fost cel mai important moment din viața mea", a spus o femeie care și-a lăsat slujba de profesoară în urma acestei ceremonii și, mai tîrziu, s-a întors în Peru pentru a studia vindecarea cu plante împreună cu șamanii. Ea scrie: „Divinația mi-a relevat ce ar trebui să fac cu viața mea — ceea ce știam adînc în mine —, și cînd am făcut ofranda, am văzut-o ca pe un angajament real de a fi sinceră cu mine însămi și cu chemarea mea. Cînd m-am întors în Anglia, nimic nu mai părea la fel ca înainte și am știut că trebuie să ajung înapoi cît mai repede posibil. Acum trăiesc în Peru de ceva vreme și n-am fost niciodată mai fericită."

Dacă cele de mai sus pot fi puse pe seama efectului placebo, atunci vrem și noi! Ne-ar plăcea să vedem astfel de rezultate rapide și benefice de la un medic occidental!

DIVINAȚIA CU COCA: UN INTERVIU CU O CURANDERA DIN ANZI

Incașii țineau coca la rang de plantă divină, în principal datorită capacității sale de a da rezistență, iar folosirea ei este împletită cu fiecare aspect al vieții, artei, mitologiei și economiei Imperiului Inca.

Milioane de oameni au mestecat coca zilnic, iar practica a avut loc sute de ani. Ea continuă ca obicei, nu din cauză că planta — coca, materia primă

pentru cocaină — ar da dependență, ci din cauză că este centrală culturii Anzilor. Chiar și astăzi, oamenii măsoară distanțele în *cocadas* — cît de departe poți duce o greutate dacă mesteci o frunză de coca.

Oamenii Anzilor mestecă coca exact așa cum fac totul: ritualic, deliberat, sistematic. Ei aleg cu grijă o gură de frunze dintr-o *chuspa* perfect împletită (pungă pentru coca) și mestecă *lliptia* pentru a le elibera principiile active.

Dar ceremonia care cu adevărat aduce la iveală spiritul din frunze este divinația cu frunze de coca. Doris Rivera Lenz este o *curandera* (șamaniță) din Anzi, expertă în această practică. În interviul care urmează, ea oferă o înțelegere a naturii vindecării și bolii, precum și a rolului leacurilor din spiritele plantelor.

Ce este divinația cu coca?

DRL: Divinația este întîlnirea cu spiritul elementului cu care lucrezi, fie el coca, porumb sau un munte. În cazul plantei coca, te întîlnești cu spiritul-mamă, sufletul sau puterea plantei, care este partea sacră ce nu moare niciodată. În Peru, spiritul mamă al unei plante este sufletul speciei sale. Fiecare plantă, fiecare frunză de coca, de exemplu, are propriul său suflet, dar esența sau energia tuturor frunzelor, combinată, formează mama. Practicantul trebuie să fie în comunicare totală, de la spirit la spirit. E mai mult, ca și cum ai asculta frunzele de coca în loc să le privești. Este o stare mai înaltă de conștiență și trebuie să fii pregătit pentru a te integra spiritual, pentru a ajuta un alt spirit.

Ființele umane sînt semințe cosmice sacre în evoluție. Coca e și ea o sămînță sacră ca și noi, dar din împărăția plantelor. Ea a fost creată de Pămînt ca să-i îndrume și vindece pe frații ei mai tineri: noi. Similar, noi am fost creați să-i ajutăm pe alți oameni. Pe măsură ce devenim mai deschiși, descoperim plante precum coca. Nu toată lumea poate să vadă spiritul acestei plante, dar ea e aici ca să ne ajute.

---

* *Lliptia* este o „gumă“ cu gust puternic, obținută prin arderea rădăcinilor plantei *quinoa*, substanță extrem de alcalină. Mestecată împreună cu coca, ajută la activarea alcaloizilor din frunze. O substanță similară, numită *kale* (sau *lime* în spaniolă), este produsă prin încălzirea calcarului împreună cu frunzele,

Care e cauza bolilor și cum este vindecată de către spiritul plantelor?

DRL: Nu există boli. Noi le creăm, cu mințile noastre și în funcție de atitudinile noastre și de lucrurile pe care le facem. Resentimentul, de exemplu, cauzează cancer. O femeie cu ovarele bolnave (de cancer) are resentimente și, astfel, suferă traume. Oamenii care nu au libertatea de a-și exprima sentimentele suferă de probleme cu gîtul și așa mai departe.

Deci, cum îi vindecăm? Întîi trebuie să ne uităm la ei prin frunzele de coca, să aflăm ce s-a întîmplat. De ce sînt plini de resentimente, de frică sau îngrijorare? Ce le cauzează problemele? Dificultățile care există în afara lor, cum sînt furtul, deziluzia, minciuna, îi pot afecta, deoarece ei sînt predispuși la astfel de dureri. Acești oameni se îmbolnăvesc deoarece nu sînt în armonie cu ei înșiși. Coca arată cînd și cum a început totul, ne spune cum s-au îmbolnăvit.

Oamenii sînt întotdeauna condiționați de atitudinile lor. De aceea trebuie să le știi povestea. Cineva care are un complex de superioritate sau este agresiv, violent, este pe o spirală coborîtoare. Ei sînt slăbiți în inimă, în stomac și în plexul solar, *nawi* sau *naira* (echivalentele din Anzi ale *chakrelor*), unde se păstrează atitudinile emoționale. În Anzi, oamenii consideră frecvent că durerea de stomac e cauzată de tristețe.

O persoană care are sentimente de ură poate fi perfect sănătoasă pentru o vreme, dar problemele cu copiii, cu soțul, lipsa banilor îi intensifică emoțiile și îi dereglează la nivel celular trupul. Deci ei își creează boala, deoarece deja sînt în afara echilibrului.

Puteți explica noțiunea de nawi și modul în care se leagă de boală?

DRL: În limba *Quechua* se numește *nawi*, iar în *Aymara*, *naira*. Înseamnă ochi sau centru energetic din trup, dar în Peru se folosește foarte des și cuvîntul *chacra*, care mai înseamnă și cîmp sau pămînt cultivat în Quechua. Eu cred că are aceeași rădăcină lingvistică cu hindusul *chakra*. La fel cum unele cîmpuri au multe pietre, iar altele sînt foarte fertile, și trupurile noastre, care sînt parte a naturii, sînt similare.

Cu mai puțin de o generație în urmă, oamenii aduceau ofrande înainte de a-și pregăti cîmpurile pentru însămînțare. Ei mestecau frunze de coca, beau *chicha* sau bere de porumb, și cîntau — o întreagă ceremonie. Vindecătorii din vechime și șamanii le făceau oamenilor băi florale sau de fum, vindecîndu-i de boli, sperieturi și așa mai departe — sănătatea Pămîntului și cea a oamenilor erau văzute ca legate una de alta. Oamenii se identificau cu pămînturile lor și cu natura. Așa că, atunci cînd îndepărtez emoțiile negative din cineva, este ca și cum îndepărtez buruienile din *chacra* — cîmpul lor.

Cînd se simt disperați, oamenii din Anzi se ajută mergînd în locuri sălbatice sau la ruine, unde urlă și țipă atît de tare, încît și munții aud! Ei se aliniază cu forțele naturii, iar aceasta îi aduce înapoi în echilibru.

Deci, oamenii vin la tine pentru divinație cu coca atunci cînd nu se simt bine? Este vorba despre ceva mai mult decît „divinație", așa cum o înțelegem noi în Occident?

DRL: Majoritatea nu sînt bine în sufletul sau în mintea lor. În ziua de azi există multe probleme. Acestea se concentrează în special în zona abdomenului, locul durerii emoționale și al conexiunii noastre cu viața. Primul lucru de făcut este să aflu ce s-a întîmplat: soția a avut un accident, soțul a fost infidel sau a rămas fără serviciu, casa se prăbușește... Apoi, caut să văd ce capacitate au ei de a accepta critica, de a asculta-o pe frunza mamă spunîndu-le: „Ai făcut asta, ești nesigur, slab, bețiv, sau o prostituată." Care e povestea? E ceva karmic — sau ceva ce fac ei?

Aceasta sună ca o abordare psihologică — ce-și fac oamenii lor înșiși. Dar cum înțelegi credința că unele probleme sînt cauzate de vrăjitorie?

DRL: Îi arăt persoanei că nu e victima vrăjilor, ci își creează cu mintea proprie problema. Vorbind despre asta, o aducem în lumină și aceasta e prima parte a întoarcerii la starea de bine. Este adevărat că unii oameni se răzbună folosind magia neagră atunci cînd se simt prejudiciați sau ofensați în vreun fel, dar o fac pentru că sînt bolnavi. Cînd oamenii gîndesc că au putere și se simt superiori, eul poate deveni foarte negativ. Primul lucru pe care îl fac este să trezesc

conștiința celui care a fost rănit și să-i spun că răul nu există! „Tu inventezi asta“, le spun. Am nevoie să folosesc puțină psihologie.

Atunci, magia neagră nu există?

DRL: Nici binele, nici răul nu există, e un întreg univers, și noi creăm binele și răul. Dar îmi dau seama că persoana se poate simți atacată și, deci atunci cînd cineva se îmbolnăvește, eu, *curandera* lor (vindecătoare din Anzi), trebuie să vorbesc pozitiv și să-i încurajez să aducă lumină asupra problemei. Mai departe, ei pot crea gînduri pozitive pentru ei înșiși. Dacă aș fi de acord cu ei și le-aș spune că li s-au făcut vrăji, mai rău aș face.

Totuși crezi că există o astfel de magie?

DRL: Bineînțeles că da! Dar actul în sine nu e la fel de puternic precum e magia albă. Puterea vrăjii e dată de atitudinea negativă a *brujo*-ului negru (vrăjitor care face rău, folosind energie negativă, deseori angajat și plătit de clienți). Dacă un brujo prinde o găină, o jumulește, îi bagă înăuntru o broască și o spînzură de ușa unui vecin pe care îl urăște*, aceasta poate să-l sperie pe acel vecin, dar fără o puternică atitudine negativă nimic nu se întîmplă. Dar dacă intențiile sale sînt foarte negative și persoana atacată e slabă, atunci respectiva persoană se va îmbolnăvi rapid.

Cei mai puternici brujo se află în junglă, acolo unde sînt atît plante vindecătoare, cît și plante periculoase, care îți pot paraliza trupul și așa mai departe. Dar plantele au mult mai multă înțelepciune decît oamenii. Credeți că dacă voi merge la un *floripondio* (șaman care lucrează cu florile) și îi spun: „Vreau ajutor ca să fac rău așa și așa“, plantele sale îmi vor fi automat la dispoziție? Nu! Trebuie să faci un pact cu spiritele lor.

Dacă „magia“ este în principal în minte, oamenii trebuie să creadă că o ceremonie de vindecare face ceva anume pentru ca ea să fie eficientă?

---

* Aceasta e o formă de blestem din Anzi.

CEEA CE VINDECĂ POATE RĂNI

Este recunoscut că în vindecarea șamanică — precum și în știința modernă — plantele vindecătoare pot face și rău. În Amazonia, de exemplu, există un copac cunoscut sub numele de „copacul vrăjitor“, care poate fi folosit pentru magie pozitivă. Totuși, dacă pe el e bătută în cuie o fotografie a cuiva pe care un vrăjitor îl vrea lovit, atunci, prin intențiile vrăjitorului, copacul devine o forță răuvoitoare și spinii săi ascuțiți, împreună cu scorpionii, șerpii și păianjenii veninoși care trăiesc în ramurile sale, vor face cu siguranță victima să sufere.

Cunoașterea faptului că „ceea ce vindecă poate să și rănească“ nu e limitată doar la Amazonia. Folclorista Zora Neale Hurston, în cartea sa **Tell My Horse: Voodoo and Life in Haiti and Jamaica** (New York, Harper and Pow, 1990), scrie despre copacul jamaican God Wood (un soi de mesteacăn), „primul copac creat, copacul originar al binelui și al răului“, că are de asemenea aceste puteri. Un **bokor** (vrăjitor) care vrea să facă rău, va bate un cui ruginit în trunchiul copacului, gîndindu-se la persoana căreia îi dorește răul, iar persoana aceea va slăbi din putere și va muri. O bucată mică din coaja acestui copac, pusă pe pleoapa unei persoane care transpiră, o va omorî. Toxicitatea chimică a copacului este transferată către victimă prin intenție spirituală.

Toate plantele au putere de viață și de moarte în acest fel, în funcție de intențiile și de îndemînarea șamanului. „Fierbe cinci frunze de **Horse Bath** și bea-le cu puțină sare, și rinichii ți se vor curăța foarte bine“, spune Hurston. „Fierbe șase frunze și bea-le, și vei muri. **Marjo Bitter** e o plantă agățătoare care crește pe stînci. Dacă faci un ceai dintr-o bucată cît de la cot la încheietură, e un medicament minunat. Dacă faci ceaiul dintr-o bucată cît pînă la degete, te vei otrăvi.“

DRL: Cînd oamenii au încredere că eu sînt o curandera albă, ei se destind. Atunci eu primesc o permisiune specială de a intra în sufletul lor și de a lucra cu sugestia. Să zicem că le fac o baie cu o iarbă cu spini și cer permisiunea de la spiritul plantei de a vindeca persoana ce are sperietură sau o vrajă rea — îi fac baie, o pun la regim,

o curăț și o purific. Îi chem sufletul și îi dau putere, și ea se face bine. Dar, da, uneori vorbesc mult! Alteori, nu spun nimic.*

Ce este diferit la occidentali? De ce au ei nevoie?

DRL: Au nevoie să li se taie capetele! Nu, e o glumă! Spiritul lor e slăbit, religia lor i-a dezamăgit, iar autoritățile bisericești s-au agățat de anumite interese personale. Se pare că oamenii au aruncat și copilul odată cu apa murdară.*

Adevărul este că sîntem zei și că, în primul rînd, ar trebui să credem în noi înșine. Se știe că toți zeii apar prin natură. Dar ce a devenit religia Vestului? Materialism, pierdere a identității, pierdere a obiceiurilor. E atîta luptă în zilele noastre. Oamenii nu se mai gîndesc la natură, ci la bani și la ajutorul de care au nevoie. Ei au devenit total nesiguri. Imaginați-vă cîtă vindecare ar fi dacă ne-am reîntoarce la traiul în natură, înconjurați de munți sau de junglă. Și totuși, tendința de azi este ca lumea să se mute la oraș, să trăiască precum americanii, să construiască autostrăzi. E trist. Am trăit cu oamenii din Anzi. I-am văzut părăsindu-și hainele tradiționale și obiceiurile. Ei spun: „De ce crezi în Pămînt, în Soare, în puma și în condor?“ Ei se duc la oraș, văd un televizor și se gîndesc: „Ce televizor frumos!“ Își vînd turma de lame și îl cumpără. Mă întristează să le văd copiii atît de puri contaminați astfel.

Oamenii prind obiceiuri negative, sînt hipnotizați și nu mai vor să-și lucreze pămîntul. Mă doare sufletul să-i văd obsedați de dolari și uitînd de puterea lor. Această pierdere a valorilor (și creștere a dorinței de posesiuni materiale) se întîmplă atît de rapid, e incredibil! Dar aceasta este influența occidentală, care lucrează de mai bine de cinci sute de ani. Oamenii vor primi un șoc puternic cînd vor vedea schimbările și dezastrele naturale de pe Pămînt și vor fi forțați să se schimbe prin șoc.

Este singurul mod în care ne putem schimba — prin șoc și frică?

---

* Adică, nu e nimic de spus; plantele spun ce e de făcut sau fac ce trebuie pentru vindecător.

** Adică au respins religia și, prin aceasta, au pierdut contactul cu spiritualitatea.

DRL: Din nefericire, da. Este nevoie să lucrăm zilnic pentru a ne echilibra, astfel încît frica colectivă să nu ne infecteze. Chiar dacă cei din jurul nostru vor fi copleșiți, va trebui să ne menținem centrați.

Toată lumea își face griji cu privire la viitor, nu? Dar va veni o vreme cînd nimeni nu va mai vrea să țină cont de aceasta, fiindcă toți se vor fi trezit, în sfîrșit, la înțelegerea faptului că modul nostru de viață nu are nici un viitor. Vor fi șocați să trăiască în prezent, și astfel va apărea o nouă ființă umană. Ne vom da seama că individualismul nu funcționează și ne vom uni într-un viitor de comuniune.

Disperarea va arăta că e nevoie de dragoste. Cine va vrea să facă rău atunci cînd banii și posesiunile materiale nu vor mai însemna nimic? Ne vom întoarce la un nou fel de conștiință a comunității. Am început să anticipăm aceasta și devenim mai conștienți, dar încă șovăim. Este atît de multă înțelepciune în natură, ea ne protejează ca pe copiii ei, ne învață să cerem permisiunea, să ne pese de ea ca de noi înșine. Natura e punctul nostru de pornire.

Interesant, Doris, o curandera din Anzi, a făcut aceste din urmă remarci în 1998. În 2006, renumitul cercetător James Lovelock a spus exact același lucru, sugerînd — din fericire, în cele din urmă — o convergență de opinii dintre știință și șamanism, cu toate că opinia sa este tratată relativ prost.

Într-un articol publicat într-un ziar național din Marea Britanie, Lovelock scrie că, rezultînd din valorile noastre materialiste, schimbarea climei este acum atît de avansată, încît nu mai este reversibilă. Ca soluție, noi trebuie să ne unim și să găsim un nou mod de viață adaptat la cunoașterea faptului că lumea așa cum o știm nu are nici un viitor.

„Hai să fim curajoși, să ne oprim din a ne gîndi doar la nevoile și drepturile oamenilor, și să vedem că am rănit Pămîntul viu și avem nevoie să facem pace cu Gaia“, scrie el. „Trebuie să fim suficient de puternici ca să negociem, nu să fim o gloată pestriță condusă de brutalii lorzi ai războiului.“

INFORMAȚII DIN LUMEA CEALALTĂ

Divinația, ca sistem holistic de vindecare, nu este găsită doar în Peru, ci este practicată în fiecare cultură tradițională care recunoaște sfințenia

naturii și abilitatea Ei de a da învățătură și de a restabili echilibrul. Sistemul *Ifá*, care își are originile în cultura Yoruba din Nigeria, de exemplu, folosește multe dintre metodele șamanilor peruvieni. Ifá folosește, de asemenea, plantele ca poartă către zei.

Divinația Ifá se practică în trei forme principale: *Obì* — folosește nucile de kola; *Òkpèlè* — folosește un lanț divinatoriu din opt jumătăți de coji de semințe *Òkpèlè*; și *Ikin*, care folosește nuci de palmier. Persoana ce practică divinația oracolului Ifá este numită *babalàwo*; i se mai spune și „Tată al Secretelor".

Șaisprezece nuci sînt aruncate, iar *babalàwo* înregistrează rezultatele aruncării pe un *opón* (tavă divinatorie), folosind *ìyerosun* (praf al termitelor din copacul *ìrosun*). În cele din urmă, este descoperită o *odù* — poveste mistică. Există 256 de odù diferite, fiecare cu versurile și proverbele proprii, și pe acestea divinatorul le interpretează în funcție de întrebarea sau nevoia de vindecare a clientului.

Deși Ifá și interpretarea odù sînt arte ce necesită măiestrie, cei care folosesc acest sistem în cadrul tradiției *Santeria** cred că legătura divinatorului cu plantele („gurile zeilor") este cel mai important lucru. „Nimeni nu știe toate aceste odù sau ce înseamnă poveștile și, în fiecare zi, se fac noi interpretări care se adaugă fiecărei povești", spune un preot Santeria. „Dar, atîta vreme cît divinatorul este în bună relație cu zeii și este una cu plantele, el va găsi răspunsul de care are nevoie clientul său."

Rezultatul unei divinații Ifá poate uneori să pară curios sau generator de confuzie, deoarece spiritele plantelor tind să vorbească în parabole și poetic mai degrabă, decît să dea instrucțiuni directe (după cum poate ați aflat). Totuși, dacă persoana ascultă sfatul spiritelor, rezultatul va fi o vindecare profundă și o bună protecție, chiar dacă sfatul poate părea ciudat.

Există o poveste (probabil apocrifă) despre un om care a vizitat un babalàwo, deoarece dorea protecție într-o călătorie în care era pe cale să plece. În loc de sfaturi directe, spiritele i-au spus să arunce un număr de nuci de cocos și o anume lungime de frînghie în ocean. Chiar dacă aceasta părea fără sens și fără legătură cu cererea sa, omul a făcut ce i s-a spus și a doua zi a plecat în călătorie. După cîțiva kilometri, a fost atacat de hoți, care l-au jefuit și l-au aruncat de pe o faleză în mare; dar, de îndată ce a

---

* Santeria este o formă de Vodou, ce a apărut din credințele sclavilor africani amestecate cu credințele catolice ale stăpînilor de sclavi și din mișcarea spirituală Cardec, devenită populară în America pe la 1800. Este cel mai mult asociată cu Cuba și, astăzi, cu regiuni din continentul American — precum Florida — care au populație hispanică numeroasă.

ieșit la suprafață, mîna lui a atins o aglomerare de nuci de cocos care pluteau — cele pe care le aruncase el în ziua precedentă și care erau ținute la un loc de frînghia ce se încîlcise printre ele. Urcîndu-se pe această plută, omul s-a salvat de la înec și a fost dus de curent la mal.

În acest caz, vindecarea de la plante nu a avut nimic de-a face cu un „leac", așa cum înțelegem noi termenul, dar a fost puternică, a salvat viața omului și i-a schimbat norocul.*

O poveste celtică

Sistemul Ifá, după cum vedem, folosește nuci. Dintr-o perspectivă transculturală, observăm că nucile sînt depozitare ale înțelepciunii în poveștile multor tradiții. În mitologia celtică, de exemplu, Somonul Cunoașterii, Fintam, a înotat în Lacul Înțelepciunii aflat într-o pădure de arbori sacri de alun.

Druidul Finegas, care a păzit somonul vreme de șapte ani, s-a hotărît într-o zi să-l mănînce, conștient fiind că acela care va face aceasta va dobîndi toată cunoașterea. Pe cînd somonul era la prăjit, Finegas l-a lăsat pe ucenicul său, Demme, să se ocupe de el, dar cînd a întors peștele, cîteva picături de ulei încins au căzut pe degetul mare al lui Demme. Fără să gîndească, el a băgat degetul în gură să-și aline durerea și în acel moment a primit toată înțelepciunea.

Finegas a recunoscut schimbarea ucenicului său de îndată ce s-a întors și l-a sfătuit să se alăture eroilor războinici din Fianna. Demme a făcut aceasta — și a devenit cel mai înțelept și mai mare erou dintre toți: Fionn Mac Cumhal, tată al lui Oisin. Bineînțeles că alunele l-au făcut pe somon înțelept, iar cînd Demme și-a supt degetul, puterea lor i-a adus cunoașterea.

MAGIA HOODOO CU PLANTE

Tradiția Hoodoo din Sudul Americii este încă una dintre cele care lucrează cu energiile plantelor, deseori fără să ceară pacientului să „ia" un leac pentru a se vindeca.

---

* Pentru mai multe informații despre divinația Ifá, citiți *Spirit in the city,* de Ross Heaven (Bantam Books, 2002). Vezi, de asemenea, cărțile lui Ócha'ni Lele despre divinația Afro-Cubaneză, *The Diloggún*, The Secrets of Afro-Cuban Divination și Obi: Oracle of Cuban Santeria.

Cuvîntul *Hoodoo* are origini africane și e utilizat pentru a descrie diferite forme de magie, vindecare populară, blesteme, folosind ierburi și rădăcini.

În zilele noastre, practicantul Hoodoo este deseori numit „doctor în rădăcini“ sau *juju-man*. Acești termeni, mai curînd peiorativi, diminuează puterea tradiției, deoarece în Africa acești practicanți erau preoți (*botonon*) și vrăjitori (*azondoto*) pe bună dreptate temuți și respectați pentru cunoașterea ierburilor, a spiritelor și a sufletului — *bochio*.

Cînd acești preoți au ajuns ca sclavi în America, au adus cu ei cunoașterea. Însă indisponibilitatea unora dintre plantele din Africa i-a făcut să adopte aliați-plante din America sau chiar Europa în practica lor. În consecință, în Hoodoo modern vedem fuzionînd multe linii ale magiei cu plante.

Una dintre cele mai cunoscute forme ale acestei magii este punguța *mojo* — o legătură de plante și obiecte consacrate, făcută să aducă noroc și protecție și să alunge negativitatea. Ele nu sînt foarte diferite de pachetele *offerenda* create de șamanii din Anzi pentru a chema spiritele și a le direcționa energiile vindecătoare către persoana care aduce ofranda. (Vezi fotografia lui Doris Rivera Lenz la o offerenda ceremonială din Anzi, la pagina 3 a secțiunii foto.) Cuvîntul *mojo* provine de la vest-africanul *mojula* (rugăciune) și denotă o metodă de direcționare a energiilor spirituale către un efect similar.*

Un mojo este o punguță de flanel care conține obiecte magice și e, de obicei, purtată de persoană pe sub haine, nu la vedere, și deseori chiar pe piele. Dacă mojo trebuie să protejeze o proprietate, nu o persoană, atunci el se poate ascunde lîngă ușa de la intrare. Dar, în ambele cazuri, e important ca nimeni să nu vadă și să nu atingă punguța, decît proprietarul ei, căci altfel puterea i se pierde.

Conținutul punguței variază în funcție de scopul în care e folosit, dar, de obicei, înăuntru se află cel puțin trei obiecte magice. Acestea pot fi frunze, rădăcini, pene, cristale, pietre, vertebre de șarpe, pandantive metalice sau bucăți de hîrtie pe care au fost desenate simboluri magice sau scrise dorințe. Deseori sînt mai mult de trei obiecte, dar întotdeauna, adunîndu-le, numărul lor este impar.

Motivul pentru care numărul lor este impar diferă în funcție de persoana pe care o întrebi, dar o idee populară este aceea conform căreia Universul

---

* Punguțele *mojo* mai sînt cunoscute și sub numele de „mînă norocoasă“, „punga cu trucuri sau rădăcini“ și „gris-gris“ — de la cuvîntul african *gree-gree*, care înseamnă „farmec“ sau „fetiș“.

folosește numere impare ca să miște lucrurile. Trei, de exemplu, vrea să „se rostogolească“ în patru, în timp ce patru e solid și fix mai degrabă decît în curgere. Deci, pentru a pune în mișcare energia spre beneficiul clientului sau pentru a desface o perioadă de ghinion care pare că nu se mai termină, magicianul folosește un număr impar ca să semnaleze Universului că e momentul pentru o schimbare.

Psihanalista jungiană Marie-Louise Von Franz discută și ea acest aspect în cartea sa, *The Interpretation of Fairy Tales*. Citind lucrarea lui Jung *O abordare psihologică a Dogmei Trinității*, ea remarcă faptul că „trei este în general conectat cu fluxul mișcării... pentru mișcare ai nevoie de doi poli și de schimbul de energie dintre ei — de exemplu, polii electrici negativ și pozitiv și curentul care egalizează tensiunea“.

Un exemplu de mojo vechi pentru succes financiar este să învelești o rădăcină de rochița-rîndunicii într-o bancnotă, să-i adaugi tămîie și puțin zahăr și să le legi la un loc într-o punguță verde. Înalta rochița-rîndunicii (în engleză, High John the Conqueror) este o plantă deseori prezentă în magia afro-americană și are și o legendă. Numele îi vine de la un sclav african mîndru, John, care a refuzat să fie servil în fața stăpînilor săi și, din acest motiv, e asociată cu abilitatea de a depăși problemele și de a înfrunta opresiunea. Rădăcina este folosită, de asemenea, în farmecele de dragoste sexuală întrucît, uscată, seamănă cu testiculele unui bărbat. Rochița-rîndunicii este de obicei ușor de găsit în Vest, dar dacă întîmpinați dificultăți, puteți folosi nucșoară.

Observați că aici sînt folosite cinci elemente: rădăcina, bancnota, tămîia, zahărul și punguța. Simbolismul din spatele acestor obiecte lucrează în concordanță cu principiul spiritelor plantelor „similarul atrage similarul“, astfel că High John (rochița-rîndunicii) este folosită pentru a „cuceri“ problemele financiare; cu cît este mai mare bancnota folosită, cu atît mai mulți bani vor fi atrași către client sau către magician. Punga este verde, pentru că aceasta e culoarea banilor („verzișorii“), iar zahărul „îndulcește“.

Pentru un cămin liniștit, se leagă împreună angelică, frunze de măslin, boboci de trandafir, flori de lavandă, balsam de lămîie și frunze de busuioc într-o punguță albastră, împreună cu cîteva fire de păr de la toți membrii familiei.

Din nou observăm că doctrina semnăturilor joacă un rol în alegerea angelicăi („rădăcina îngerilor“), a balsamului pentru armonie spirituală și a frunzelor de măslin pentru pace.

O combinație mojo mai neobișnuită este cea pentru invizibilitate. Pentru aceasta, este nevoie de semințe de mac și de frunze uscate de ferigă măcinate împreună „sub o Lună întunecată". La acestea adăugăm mirt, sovîrv, ulm și mărar proaspăt, amestecînd cu apă de izvor și ulei de migdale. Cînd se usucă, mixtura se pune în punguța mojo sau se presară pe obiectele care dorim să nu fie văzute de alții.

Magia unei lucrări ca aceasta, așa cum a spus Doris Rivera Lenz despre munca sa, (vezi interviul de mai sus), ar putea fi în crearea unei credințe interioare a clientului că nu va atrage atenția asupra sa, astfel încît va putea să parcurgă dificultățile cu mai multă încredere în sine, știindu-se nevăzut. Cu alte cuvinte, schimbarea e în client, iar nu în lumea exterioară.

Odată preparată, punguța mojo este purificată cu tămîie, iar spiritul său e „hrănit" cu rom sau whisky și cu Agua Florida (apă de flori). Se mai pot folosi și fluide corporale, în special dacă farmecul e făcut pentru a influența o altă persoană. Pentru a face pe cineva să se îndrăgostească de tine, e folositor să ai o cantitate mică din transpirația, urina sau saliva persoanei, ca să o poți adăuga la conținutul punguței. (Se pot folosi și alte obiecte personale, dar cît mai apropiate de ADN-ul persoanei — de exemplu, fire de păr sau unghii tăiate.)

O punguță mojo poate fi folosită și în divinație (așa cum o înțelegem noi în Vest), legînd-o cu o sfoară și folosind-o ca pendul. Cerîndu-i spiritului său să-ți răspundă „da" (deseori prin rotire în sensul acelor de ceasornic) și „nu" (prin mișcări înainte-înapoi), aveți o unealtă spirituală pentru primirea răspunsurilor la întrebări simple. Pentru întrebări mai complexe (de exemplu: „Cum pot să-l fac pe bărbatul dorit de mine să mă iubească?"), e mai bine să scrieți literele alfabetului și să lăsați pendulul să vă dea literă cu literă răspunsul.

ESENȚA VINDECĂRII

Cum e posibil ca plantele să afecteze ființe umane, situații, circumstanțe și energii vitale în acest mod — la distanță, adică? Fără a fi folosite ca tratament al unei probleme medicale specifice, ele acționează cumva ca elemente de armonizare, ca forțe de atracție magică ori precum conductori ai spiritului, energiei, norocului?

Să-l întrebăm pe Cleve Backster, un cercetător care operează în alunecosul domeniu al detectării de minciuni și al tehnicilor de interogare, a cărui slujbă este să-i învețe pe polițiști și pe agenții de ordine cum să folosească

echipamentele poligrafice și cum să le interpreteze rezultatele. Munca lui Cleve Backster e prezentată în detaliu în volumul de-acum clasic despre lumea plantelor, *The Secret Life of Plants*, scrisă de Peter Tompkins și Christopher Bird.

Backster a decis într-o zi să conecteze electrozii unui detector de minciuni la frunza unei plante dracaena, pentru a verifica dacă aparatul este suficient de sensibil pentru a decela reacțiile unui subiect non-uman. Probabil că nu, s-a gîndit el, dar poate că va exista vreun fel de reacție dacă va arde frunza la care conectase electrozii. În secunda în care a gîndit asta — și înainte de a pune măcar mîna pe un chibrit — a apărut o curbă ascuțită în desenul poligrafului, o formă-semnătură pe care Backster a ajuns pînă la urmă să o recunoască drept frică.

Intrigat, Backster și-a continuat cercetările, testînd aproape treizeci de plante în același fel: atașîndu-le electrozi și gîndindu-se să le facă diverse lucruri. Rezultatele au fost de fiecare dată aceleași. Era semnificativ că plantele reacționau înainte de-a acționa el concret, iar aceasta l-a condus pe Backster la concluzia că plantele nu doar că sînt la fel de sensibile ca oamenii (dacă nu chiar mai mult), dar ele sînt capabile de a citi emoțiile și intențiile, în virtutea unei forme de conexiune paranormală, a unei afinități între plante și oameni.

Pe măsură ce a avansat în cercetare, Backster și-a dat seama că plantele reacționează nu doar la amenințări, ci și la prezențe sau mișcări în preajma lor. El a demonstrat unui grup de la Yale, de exemplu, că intenția de a se mișca a unui păianjen a cauzat schimbări în modelul poligrafic al plantei aflate în aceeași încăpere. Planta avea un simț premonitoriu în ceea ce privește păianjenul, fiind acordată la intenție înainte de mișcarea propriu-zisă. „Decizia păianjenului a fost receptată de plantă“, scrie Backster. „Ele (plantele) par a fi acordate la viața animalelor.“

Alte concluzii ale lui Backster arată că plantele au memorie, emoții și reacții foarte similare cu ale oamenilor, precum și capacități paranormale. Într-unul dintre experimentele sale, șase studenți au tras la sorți cine să distrugă una dintre cele două plante din cameră. Persoana respectivă urma să acționeze în secret, fără ca Backster și ceilalți studenți să știe cine este. De fapt, doar cea de-a doua plantă putea să știe care dintre ei era, deoarece era singura martoră a crimei. După ce planta a fost distrusă, Backster a atașat un poligraf la cealaltă plantă și le-a spus studenților să vină unul cîte unul în fața ei. Cînd cel responsabil de ucidere a apărut, acul poligrafului a ieșit în afara scalei.

Într-un experiment mai blînd, Backster a demonstrat și dragostea sau empatia dintre o plantă și deținătorul său. Într-o zi, el s-a tăiat din greșeală la deget și a observat că planta monitorizată arăta o reacție de stres proprie, de parcă simțea durerea și șocul vederii sîngelui ca și el. Folosind demonstrata afinitate ca bază a experimentului său, Backster a mers într-o clădire la cîteva străzi depărtare și a direcționat iubire către plantă. Înregistrarea poligrafică a arătat un grafic mai înalt atunci cînd planta i-a recepționat intenția.

Ca să vadă cît de departe pot astfel de gînduri să fie recepționate, Backster i-a cerut unei prietene să trimită iubire către plantele ei de la o distanță de șapte sute de mile (aproximativ 1000 km), și a înregistrat reacțiile lor. Folosind ceasuri sincronizate și o programare anterioară, Backster a reușit să demonstreze nu doar că plantele au răspuns la gîndurile „stăpînei“ lor atunci cînd ea s-a gîndit la ele, ci au simțit și neliniștea ei cînd avionul a aterizat la destinație. Chiar și cînd plantele au fost închise într-un container de plumb, rezultatele au fost aceleași. Factorul care a creat empatia dintre oameni și plante venea de undeva din afara spectrului electromagnetic.

Un alt accident norocos l-a condus pe Backster mai departe cu explorarea. Într-o seară, pe cînd se pregătea să-i dea cîinelui său să mănînce un ou crud, a observat că una dintre plantele monitorizate a avut o reacție puternică la spargerea oului. Curios să vadă la ce anume reacționează planta și ce gen de sentimente transmite oul, Backster a conectat un alt ou la un galvanometru și l-a monitorizat timp de nouă ore. Ceea ce s-a înregistrat a fost corespondentul bătăilor inimii unui embrion normal de pui de găină — deși oul nu era fertilizat. Concluzia lui a fost că există o forță vitală sau un cîmp energetic care îmbibă și conectează toate ființele vii.

Un alt cercetător, Alfred Vogel, ne aduce mai aproape de înțelegerea acestui cîmp, odată cu un experiment al unei studente de-ale sale, Vivian Wiley. Ea a luat două frunze de saxifraga oppositifolia și le-a dus în casă. În fiecare zi, a proiectat dragoste și intenție de supraviețuire asupra uneia dintre ele, lăsînd-o pe o masă, fără apă. Cealaltă frunză a fost lăsată complet ignorată.

După o lună, Vogel a mers la ea acasă și a fotografiat rezultatele. Frunza ignorată era uscată — așa cum ne putem aștepta de la orice frunză care a stat fără apă o astfel de perioadă, dar cealaltă era tot atît de proaspătă ca în ziua în care a fost culeasă, deși circumstanțele sale exterioare nu erau mai bune decît ale celeilalte. Wiley a continuat cu experimentul său încă

o lună, și frunza spre care și-a direcționat dragostea a rămas vie, în timp ce cealaltă s-a fărîmițat.

Energia misterioasă prin intermediul căreia comunicăm cu plantele este dragostea și intenția. Acestea reprezintă esența Universului. „Omul poate comunica cu viața plantelor și o și face“, spune Vogel. „Plantele or fi oarbe, surde și mute din punct de vedere uman, dar, în opinia mea, nu există nici o îndoială că ele sînt extrem de sensibile... Radiază forțe energetice benefice omului, forțe ce pot fi simțite. Ele ne hrănesc cîmpul energetic, care, în schimb, hrănește cu energie plantele.“

PLANTE PRIMA-DONNA

Vogel a mai descoperit și că plantele au personalități unice. Cu cele care au o rezistență electrică mare (cele mai puternice) este mai greu de lucrat (sînt chiar un fel de „prima-donne“), în timp ce acelea care au frunze mari și conținut ridicat de apă răspund mai bine la puterea mentală a intenției.

Aceasta este în concordanță cu ceea ce știu șamanii plantelor. Șamanul Javier Arevalos ne spune în Capitolul 3 că ayahuasca — liana sufletelor — este o plantă „sensibilă“ și că, pentru a o folosi, șamanul trebuie să țină o dietă specială, în care se abține de la anumite mîncăruri și de la contacte cu alții. Altfel, planta poate deveni „geloasă“ și poate lucra contra lui. Un respect profund pentru personalitatea plantei este esențial în experiența vizionară.

În același mod, Loulou Prince ne vorbește despre modul în care este el atent cînd culege frunze de portocal — o altă plantă sensibilă:

> Cînd găsesc frunzele pe care le vreau, merg la copac cu *kleren* (rom din trestie de zahăr simplu distilat), vorbesc frunzelor și torn puțin kleren pe pămînt. Fiecare fel de frunză are numele său secret, iar eu o strig pe nume. Aceste lucruri nu le spun nimănui. Apoi, mai există o parolă a frunzei, care este și ea secretă. Dar, chiar dacă nu știi numele secret al frunzei, trebuie să o respecți și să-i spui pe numele pe care îl știi. De exemplu, poți spune: „Frunze de portocal! Frunze de portocal! Am nevoie de voi — și iau cîteva dintre voi, dar nu pe toate. Veniți cu mine“, și apoi culegeți frunzele. Respectați planta, nu o brutalizați.
>
> Cînd am terminat, plătesc — arunc cîteva monede pe pămînt și spun: „Uite, vă plătesc!“; apoi mai torn puțin kleren și spun: „Mulțumesc!“ Apoi împachetez frunzele și le iau acasă, aprind o lumînare și îi

mulțumesc lui Dumnezeu și spiritelor. În următoarele zile, dacă nu folosesc frunzele proaspete, le pun la uscat la soare. Am mare grijă de ele și le țin curate pînă le folosesc.

După Vogel, acest respect pentru plante este esențial pentru comunicarea eficientă dintre speciile noastre. El observă, în ce-i privește pe cercetătorii care fac experimente cu plante, că, „dacă ei abordează experimentul într-un stil mecanicist și nu intră în comunicare mutuală cu plantele, tratîndu-le ca pe niște prieteni, atunci experimentele lor vor eșua.

Este esențial să ai o minte deschisă și să elimini prejudecățile înainte de-a începe un experiment. Sute de tehnicieni de laborator de peste tot din lume vor fi frustrați și dezamăgiți pînă vor învăța că empatia dintre plante și oameni e cheia, și vor învăța să o stabilească. Experimentatorii trebuie să fie parte a experimentelor lor".

VOCEA PLANTELOR (PSE)

O nouă formă de detector de minciuni — Evaluatorul de Stres Psihologic (Psychological Stress Evaluator) — a fost introdusă în munca poliției și în experimentele cu plante în anii '70. PSE urmărește fluctuațiile modulației de frecvență a vocii, desenîndu-le pe un grafic folosit la a arăta dacă o persoană minte. Adaptînd acest echipament, cercetătorii plantelor au reușit ceva remarcabil: să înregistreze vocea unei plante. Vorbirea plantelor sună ca bîzîitul liniilor de înaltă tensiune, cu o tentă ritmică, precum a unui cîntec.

Acesta este un fapt interesant, întrucît de mii de ani șamanii au vorbit despre „cîntecul Universului" — vibrația energetică din spatele tuturor lucrurilor. În nopțile răcoroase din deșert, cînd te retragi din civilizație și intri în lumea naturală, vibrația devine audibilă.

Șamanul din Anzi Domano Hetaka o descrie astfel: „Viața este o energie conștientă, inteligentă... Ea cîntă tuturor despre existența sa. Este forță vitală dăruită din inimă."

Acest bîzîit sau cîntec este audibil și în timpul ceremoniilor cu plante vizionare. Este ca și cum plantele sînt antene pentru marea muzică a sferelor și traduc limbajul ei în experiențe corporale. Folosind tehnici PSE, este dovedit că atunci cînd un om vorbește unei plante, planta răspunde în propriul său limbaj. Se înfiripă o conversație. Comunicînd astfel cu plantele, cercetătorii au găsit dovezile unei inteligențe similare cu a omului. De exemplu,

plantele pot număra. Ca răspuns la întrebarea „Cît fac doi plus doi?“, o plantă conectată la echipamentul PSE va produce pe grafic trasee de cerneală cu patru vîrfuri.

Șamanii *shipibo* din Amazonia cunosc bine această inteligență și limbă a plantelor. Ei înțeleg că Universul este compus din sunet, același sunet ca al junglei și plantelor sale. Ei chiar pot să capteze vizual acest sunet, transcriindu-i vibrațiile în desene geometrice pe care le folosesc pentru a-și împodobi materialele textile și obiectele de artă. Lucrările sînt atît de extraordinare, încît e posibil să intri în stare de transă doar privind la desenele lor complexe — iar acestea reprezintă limbajul plantelor, care are loc dedesubtul lumii vii și ține Universul laolaltă.

Un exemplu al măiestriei în cunoașterea limbajului plantelor îl reprezintă vasele de lut imense ale populației shipibo, împodobite cu modele geometrice ale sunetului. Multe vase sînt mai mari decît un om și e nevoie de două femei shipibo pentru a picta un astfel de vas. (Numai femeile se ocupă de desene și de fabricarea acestor obiecte). Ele stau diametral opus și deci nu pot vedea ce pictează cealaltă, dar pe tot parcursul muncii, cîntă sau fluieră același cîntec, care este cîntecul Universului și al plantelor. Cînd pictura este completă, indiferent de cît de complex este modelul, cele două părți ale vasului sînt identice. Femeile fac o reprezentare a cîntecelor plantelor într-o formă tridimensională perfectă, vorbind între ele în acest limbaj universal.

Bineînțeles că plantele nu vorbesc doar cu noi, ci și între ele. Experimentele doctorului A.R. Bailey din Anglia arată că, atunci cînd din două plante de seră udăm una, apar schimbări energetice în ambele plante. „Nu exista nici o conexiune electrică între ele, nici măcar una fizică, dar, cumva, planta a perceput ce se întîmpla cu cealaltă.“ Modul în care a avut loc percepția putem să-l numim limbaj.

De asemenea, se poate ca plantele să transmită mai mult decît „cuvinte“. Cercetătorii sovietici au făcut un pas în plus față de cercetarea doctorului Bailey și au descoperit că o plantă udată poate, printr-o formă de transfer misterios, să împartă apa cu o alta — ca și cum toate plantele sînt cumva conectate. Într-un experiment, unei tulpini de porumb izolate într-un container de sticlă nu i s-a pus apă cîteva săptămîni. Ea a continuat să trăiască totuși, la fel de sănătoasă ca și celelalte din apropiere. Cercetătorii au spus că este ca și cum planta din container ar fi fost „hrănită“ de vecinii săi, care au împărțit apa cu ea. O astfel de cooperare e una dintre valorile fundamentale pe care le observăm în natură și în mod special la plante.

CE ȘTIU ȘAMANII

Pungușele mojo, offerendas și divinațiile, în care nu sînt ingerate plante, produc totuși vindecări și ne schimbă realitățile. Dovezile pe care le-am văzut sugerează de ce. Deoarece plantele sînt inteligente, conștiente și au o afinitate cu ființele umane. Există comunicare între noi, fie prin vorbire, fie prin magia minții folosite cu intenție: orice am spune unei plante sau orice îi cerem, există un răspuns la chemarea noastră, chiar și la distanțe considerabile. Dacă o plantă poate simți și reacționa la gîndurile cuiva aflat la mii de kilometri depărtare, de ce am avea nevoie să o ingerăm ca să acționeze asupra intenției noastre vindecătoare?

De cîte ori ținem în mînă o pungușă mojo încărcată cu intenția de-a avea dragoste și noroc, sau facem o ofrandă către spirite ca să le primim binecuvîntările, exact asta primim, deoarece natura naturii este cooperarea. Ea vrea să împărtășească cu noi. Plantele răspund și sînt motivate de dragoste. Într-adevăr, natura vindecătoare a Universului este dragostea, iar plantele sînt uși către aceasta, permițîndu-ne să ne conectăm la cea mai mare sursă de putere pentru starea noastră de bine emoțional și fizic. Și este o plăcere pentru plante să fie folositoare în acest fel.

De fapt, ele nici nu cunosc un alt mod. După cum remarca Vogel, „plantele au fost mereu companionii mei credincioși și minunatele lor proprietăți vindecătoare niciodată nu m-au dezamăgit. Sînt pe deplin convins că natura ne dă tot ce avem nevoie ca să ne protejăm și să ne menținem sănătatea“. Pentru a explora mai departe, încercați următoarele exerciții.

Aducerea unei ofrande

O offerenda este o consfințire a unității dintre umanitate și natură, și a respectului dintre toate speciile. Este, de asemenea, și o recunoaștere a faptului că nu putem pur și simplu doar să luăm de la natură fără să-i dăm ceva înapoi. Există o dimensiune etică în această considerație, dar, chiar și în termeni practici, nu putem să ne așteptăm să tot folosim o baterie fără a o reîncărca — la fel este și cu natura.

Astfel, în Haiti, după ce *medsen fey* culege frunze, în spiritul reciprocității, lasă o plantă pentru spirite, iar în Anzi, șamanul face întîi o offerenda înainte de-a primi favoruri spirituale. Pentru a face o offerenda ca în Anzi, veți avea nevoie de o bucată de hîrtie (cu latura de 30 cm), o frunză sau rădăcină de la planta dumneavoastră aliat, și una sau mai multe „bunătăți“ — daruri care credeți că vor plăcea spiritelor — ca de exemplu: bomboane,

boabe de porumb, alune, ierburi, monede, orice simțiți că e bine. Fiecare dintre acestea trebuie să fie cît de uscate posibil, așadar nu folosiți ierburi verzi, umede sau lichide. Veți mai avea nevoie de o brichetă sau o cutie de chibrituri. Duceți toate acestea într-un loc din natură (preferabil un loc înalt, precum un munte sau un deal, dar principalul e să nu fiți deranjați) și stați puțin acolo, acordîndu-vă la împrejurimi, adunîndu-vă intenția și luînd contact cu spiritele locului.

Cînd sînteți pregătit, aranjați darurile aduse pe hîrtie și îndoiți-o la mijloc, apoi împachetați și din cele trei laturi rămase deschise, formînd un pachețel. Țineți-l deasupra dumneavoastră, îngenunchind pe pămînt, și spuneți-vă rugăciunile și cererile cu voce tare, ca Universul să vă audă și să vă aducă binecuvîntările și norocul pe care le cereți.

Cînd ați terminat de spus ce aveți nevoie, rostiți: „Poftim acest dar, pentru a-mi exprima recunoștința. Așa să mi se răspundă la rugăciuni“ (sau cuvinte cu înțeles similar). Apoi, dați foc pachetului. După ce a ars, luați cenușa și rămășițele și le îngropați, fie acolo, la locul ofrandei, fie la rădăcina primului copac pe care-l întîlniți pe drumul de întoarcere. Nu vă uitați în urmă și rămîneți tăcut pînă ajungeți acasă.

Aliatul dumneavoastră e o parte a acestei ofrande și acționează ca intermediar din partea dumneavoastră cu spiritele, așa că mulțumiți-i și aliatului pentru sacrificiul făcut.

Cum se face un mojo

O punguță mojo este o ofrandă pe care o purtați la dumneavoastră. Sau, mai curînd, este un fel de aparat radio spiritual, transmițîndu-și energia și cererile dumneavoastră către Univers și recepționînd binecuvîntările de la spirite pentru dumneavoastră, în virtutea acordării la aceste energii. Pentru a face un mojo veți avea nevoie de o bucată de material (pătrat cu latura de 15-20 cm), sfoară (30 cm e suficient) și, bineînțeles, obiectele pe care le puneți înăuntru.

Alegerea culorii materialului și a obiectelor este determinată de nevoile dumneavoastră și de semnăturile lor. Unele culori din cultura noastră sînt atît de arhetipal asociate cu anumite energii, încît aproape că nici nu avem nevoie să ne mai gîndim la asta. Știm că roșul este simbol al puterii, rozul e al dragostei, verdele al vindecării, albastrul al păcii, albul al purității, și tot așa. Alegeți culoarea materialului în funcție de ce doriți să atrageți în viața dumneavoastră

Alegerea conținutului trebuie să fie făcută pe considerente similare. Paracelsus (vezi Capitolul 1) a observat că Creatorul ne-a dat indicii despre puterile vindecătoare și spirituale ale plantelor, asigurîndu-se că aparențele lor le reflectă utilitatea și intențiile. Astfel, capsulele de semințe ale plantei onestității, uscate și cojite de membranele exterioare, sînt strălucitoare, translucide, argintii și rotunde precum monedele și halourile. În consecință, pot fi folosite pentru atragerea binecuvîntărilor spirituale și adevărului (onestității) sau pentru atragerea bogăției — în funcție de intenția pe care o aveți.

Înainte de a crea o punguță mojo, clarificați-vă intenția (ce vreți ca ea să facă). Cu această intenție în minte, plimbați-vă în natură și lăsați-vă atrași de plantele care vă reflectă scopul. Stați puțin cu ele și vorbiți despre ce aveți nevoie. Cereți-le să vă ofere puțin din ele ca să vă ajute. Cînd le duceți acasă, uscați-le. (Backster și Vogel au descoperit amîndoi că plantele își mențin energia și inteligența chiar și uscate și mărunțite. Atîta vreme cît a fost stabilită comunicarea cu ființele umane, un galvanometru va sesiza reacția unei frunze, fie ea și uscată.) Apoi amestecați-le la un loc cu puțin rom sau apă de flori (parfum), lăsați-le să se usuce din nou și înfășurați-le în material. Puteți să mai adăugați obiecte în funcție de nevoile dumneavoastră — cîteva monede mici pentru atragerea banilor mari — pe principiul homeopat al similarului care atrage similarul, un cuarț roz pentru dragoste, un magnet pentru a atrage succesul și așa mai departe. Puteți să vă scrieți rugăciunile pe o hîrtie și s-o includeți și pe aceasta, dacă doriți.

Cînd sînteți gata, coaseți sau legați punguța cu sfoară, apoi purificați-o cu tămîie, fum de salvie sau de bețe parfumate și stropiți-o cu puțină apă de flori sau parfum. Purtați-o cu dumneavoastră pentru noroc.

EXPERIMENTUL WILEY

Amintiți-vă de studenta lui Vogel, Vivian Wiley, care a făcut un experiment în care a cules două frunze de saxifraga oppositifolia și timp de două luni a proiectat iubire spre una și a ignorat-o pe cealaltă. La sfîrșitul acestui interval, frunza cea iubită era proaspătă, deși fusese lipsită de apă, iar cealaltă murise și se fărîmițase.

Ca un progres interesant, în cartea sa apărută în 2005, *Intelligence in Nature*, Jeremy Narby îl citează pe dr. Anthony Trewavas, un om de știință de la Universitatea Edinburgh din Marea Britanie, care a lucrat ani de zile cu plante de tutun modificate genetic. Unul dintre lucrurile care l-au uimit

pe dr. Trewavas a fost descoperirea faptului că plantele răspund imediat la atingere. Chiar dacă niciodată ele nu au fost privite ca fiind sensibile la atingere, „o mîngîiere blîndă le-a făcut să strălucească“, spune Narby.

Reacția plantelor a fost „atît de rapidă pe cît am putut noi măsura“, a comentat Trewavas. „Deși v-am spus că plantele răspund în săptămîni și luni, în cazul acesta au răspuns în milisecunde la un semnal care știm că mai tîrziu va avea efecte morfologice. Dacă tot atingi o plantă, ea își încetinește creșterea și devine mai groasă.“

Experimente precum acela al lui Wiley sînt interesante, pentru că sînt simplu de făcut și pentru că demonstrează puterea dragostei și a intenției — energiile din spatele întregii vindecări șamanice cu plante. Dar nu este necesar să acționați cu cruzime asupra plantelor pentru a valida rezultatele. Ca variantă, puteți încerca următoarele.

Efectele intenției iubitoare

Cumpărați două plante în ghivece identice — de aceeași specie, bineînțeles, și pe cît de apropiate posibil ca vîrstă, mărime, greutate etc. — și plasați-le în locuri diferite din casă, asigurîndu-vă că au condiții cît mai asemănătoare (căldură, lumină, flux de aer etc.).

Hrăniți-le și udați-le împreună, în mod regulat; nu e nevoie să o privați pe vreuna dintre ele în acest experiment.

Totuși, pe lîngă aceasta, ignorați emoțional una dintre ele (tratați-o pur și simplu ca și cum nu ar fi acolo), și petreceți cel puțin 15 minute pe zi direcționînd energie iubitoare asupra celeilalte, cu intenția ca ea să crească. Repetați practica timp de două luni. La sfîrșitul acestei perioade, măsurați-le din nou pe ambele și observați diferențele dintre ele. Este una mai mare decît cealaltă? Este mai sănătoasă și mai vibrantă? Diferența dintre ele este măsura dragostei și intenției dumneavoastră.

Cînd experimentul e terminat, explicați-i plantei private de iubire ce ați făcut și din ce cauză. Promiteți-i că de acum înainte îi veți trimite și ei iubire, în aceeași măsură. Și, bineînțeles, țineți-vă promisiunea.

2

DIETA ȘAMANULUI: ASCULTAREA PLANTELOR

> Fie că dieta e pentru a vindeca trupul, spiritul sau este parte a unei ucenicii, ceea ce o face să funcționeze este buna intenție către ea, precum și intenția de a face legătura cu spiritul plantei. Cînd spiritul îl acceptă pe cel ce ține dieta, iar el are voință, spiritul îi va dărui energie. Calea spre cunoaștere se deschide, iar vindecarea poate avea loc.
>
> GUILLERMO AREVALO, șaman din Amazonia

Acest capitol vă va deschide în continuare către spiritul plantelor, printr-un proces cunoscut drept „dieta șamanului". Acest corp de practici implică anumite acțiuni și restricții de comportament ale celui ce dorește să devină șaman, astfel încît el (sau ea) să poată învăța de la planta sa aliată cum s-o folosească pentru vindecare și cum să devină mai puternic fizic, psihologic și spiritual.

Toate acestea sînt numite dietă, al cărei scop este de a pregăti trupul și sistemul nervos al ucenicului pentru expansiunea conștiinței aduse de comuniunea sa cu spiritul plantelor.

Ucenicul trebuie să urmeze anumite cerințe ale dietei pentru a permite transmiterea puterii vindecătoare și a cunoașterii. Sînt interzise anumite mîncăruri — de exemplu, carnea de porc, grăsimile, condimentele, sarea și alcoolul, lăsîndu-i ucenicului un meniu foarte sănătos, dar extrem de fad, astfel încît el nu este copleșit de arome și poate să simtă mai cu finețe atributele plantei cu care lucrează.

Un alt scop al meniului neinspirat este acela de a slăbi atașamentele emoționale ale vieții zilnice, din care o parte provin de la mîncare. Pentru același motiv, există și o interdicție a activității sexuale, iar ucenicul trebuie

să se abțină inclusiv de la a avea gînduri erotice, întrucît sexul este o altă distragere care îl va înrădăcina în trup și îi va inhiba potențialul spiritual. Detașarea de (și deseori plecarea din) lumea fizică este, în acest sens, o cerință preliminară intrării în marea minte a plantelor.

În cuvintele lui Guillermo Arevalo, un *moraya* (cel mai înalt nivel de maestru al plantelor) shipibo:

> Mai presus de orice, trebuie evitat sexul, altminteri vei suferi o luptă a energiilor. Sexul debilitează și poate produce *cutipa* — un „accident" psihologic — în persoană. Asta înseamnă că planta, în loc să devină un leac, devine o otravă și poate provoca alergie, poate otrăvi sîngele sau cauza probleme de inimă. În acest caz, se spune că planta devine geloasă pe iubitul uman și te poate îmbolnăvi sau ucide. De aceea șamanul merge în sălbăticie. Acolo nu există tentații.

O persoană care începe o astfel de dietă va urma și un regim de purificare și retragere, care poate dura săptămîni sau luni de zile, asigurînd liniștea și concentrarea de care are nevoie pentru a lăsa deoparte obiceiurile vieții normale și a calma mintea rațională, astfel încît spiritul să se poată extinde. Un exemplu de astfel de situație este acela cînd un bărbat ține dietă și este în *tambo*-ul său (un adăpost mic de izolare și meditație, deseori în junglă), și pentru a-i duce mîncarea este aleasă o femeie bătrînă și neatrăgătoare. Ea îl oprește de la a intra în jocurile sexuale și așteptările sociale care intervin în interacțiunile bărbat-femeie din toată lumea și îi permite să se concentreze asupra muncii sale interioare.

După Schultes și Winkelman, „dieta este văzută ca o unealtă ce ajută la menținerea stării lărgite de conștiință care permite plantei-învățător să-l instruiască, să-i dea cunoaștere, să-i permită inițiatului să cîștige putere. Dieta este văzută ca o modalitate de a face mintea să opereze altfel, asigurînd accesul la înțelepciune și la vise lucide". Dintr-o perspectivă psihologică, este un mod de a slăbi strînsoarea eu-minte. Pe măsură ce dieta progresează, chiar și sentimentul de a fi om se diminuează, iar cel care ține dieta devine asemănător plantelor. În aceste condiții, el sau ea poate începe cel mai bine să comunice cu planta în vise și meditații.

PROVOCAREA DIETEI

Cea mai mare provocare pentru un occidental care ține dieta provine deseori nu din cerințele și interdicțiile regimului în sine, ci din a accepta

că există o altă ordine a realității non-materiale, pe care ucenicul o poate experimenta prin intrarea în conștiința plantei. Sîntem cu toții născuți în paradigma socială care ne înconjoară, cu toate credințele, miturile și instituțiile sale, care întăresc punctul său de vedere asupra lumii, și nu stă în vederea noastră asupra lumii să acceptăm imaterialul și iraționalul. Înainte ca noi, occidentalii, să ne îmbarcăm într-o dietă cu plante, ar trebui să punem sub semnul întrebării unele dintre cele mai adînc asimilate prejudecăți. Locul de început al dietei sîntem noi înșine.

Homosapien-centricitatea este un cuvînt ciudat, dar poate potrivit pentru a descrie un concept pe care, conștient sau nu, mulți îl credem: acela că noi, oamenii, sîntem cele mai importante (eventual singurele) ființe conștiente și auto-reflexive — adică însuflețite — din Univers.

În procesul intentat pentru erezie în 1633, Galileo Galilei, fizicianul și astronomul italian, a fost forțat de Inchiziție să-și retragă sugestia cum că Pămîntul s-ar învîrti în jurul Soarelui, și nu invers — cum dictau dogmele timpului. A fost nevoie să treacă aproape 360 de ani pentru ca Biserica să-l „ierte“ pe Galileo și să-i accepte teoriile. Și totuși, aroganța din spatele judecății Bisericii se manifestă și astăzi în noțiunea încă prevalentă cum că oamenii sînt „Coroana Creației“ sau, mai blînd, dar la fel de arogant, că noi sîntem „îngrijitorii“ lumii naturale.

De fapt, noi sîntem membri ai lumii, părți egale ale sale, copii ai Pămîntului. Încercînd să o controlăm sau să o îngrijim, punem distanță între noi și Creația ai cărei proprietari ne proclamăm.

Un alt aspect al acestei *Homosapien-centricități* este o știință a psihologiei care privește stările non-ordinare sau extinse de conștiință ca fiind o extensie sau o invenție a psihicului uman — poate chiar o iluzie, dar cu siguranță nu ca pe experiența unei conștiințe reale și mai mari care poate exista și fără noi. În acest model, sufletul lumii și spiritul naturii nu sînt reale, ci noi le creăm.

Probabil că vederea lumii ca fiind însuflețită este cel mai aproape de conceptul arhetipurilor, pe care unii psihologi le privesc ca pe energii sau entități asemănătoare spiritelor, care pot fi exterioare nouă. Dar chiar și ele sînt expresii ale conștiinței umane și proiecții ale psihismului nostru colectiv, iar nu ființe de sine stătătoare.*

---

* Jung însuși — în mod ironic, el este pionierul conceptului arhetipurilor și inconștientului colectiv — gîndea totuși altfel decît psihologii care-i interpretează opera. În a sa *Mysterium Conjunctionis* scrie: „Se prea poate să fie o prejudecată a restrînge psihicul la a exista «înăuntrul timpului». Atît timp cît psihicul are un aspect non-spațial, în afara trupului poate exista un psihic atît de diferit de cel personal, încît cineva să trebuiască să iasă din sine pentru a ajunge acolo.“

Oare există o realitate alternativă, suprapusă peste cea pe care o știm? Un alt mod de a spune aceasta este să întrebăm dacă timpul și spațiul — pietrele de temelie ale realității noastre — sînt singurele care există. Este percepția noastră asupra timpului corectă — este el liniar și secvențial, ca un rîu, curgînd doar din prezent înspre viitor? Este spațiul făcut doar din obiecte materiale și din golurile dintre ele? Sau ne creăm propriul nostru timp și spațiu, clipă de clipă, din datele disponibile din multiplele dimensiuni din jurul nostru?

În cele din urmă, rămîne o problemă de alegere și credință personală. După cum comentează John Michell în *Confessions of a Radical Traditionalist*: „Există un număr infinit de feluri în care poți vedea lumea și o plajă infinită de date care demonstrează sau discreditează pe oricare dintre ele. Poți să crezi în găuri negre dacă vrei, sau poți să crezi în îngeri. Eu nu sînt credincios, dar dacă aș avea de ales, aș alege îngerii pentru că, spre deosebire de găurile negre, îngerii au fost văzuți deseori, iar influența lor a fost în general de bine."

Pentru șamani, lumea pe care o percepem prin simțuri este doar o descriere a unui vast și misterios nevăzut, iar nu un fapt absolut. Black Elk, vindecător *oglala sioux*, a remarcat că dincolo de percepția noastră se află „lumea în care există doar spiritele tuturor lucrurilor. Ea este în spatele acesteia și tot ce vedem noi e ca o umbră din acea lume".

În cartea sa, *People of the Sacred Waterfalls*, Michael Harner scrie despre un punct de vedere similar al populației *jivaro* din pădurile tropicale ale Ecuadorului. Pentru ei, „viața normală, trează, este văzută ca «falsă» sau «o minciună» și este ferm crezut faptul că adevărul despre cauzalitate e de găsit prin intrarea în lumea supranaturală, pe care oamenii *jivaro* o văd ca fiind «lumea cea adevărată», deoarece ei simt că evenimentele care se întîmplă acolo sînt la baza multora dintre întîmplările de suprafață și misterele vieții de zi cu zi".

Femeia șaman mazatecă Maria Sabina a spus același lucru: „Există o lume dincolo de a noastră, o lume foarte îndepărtată, apropiată și invizibilă, unde trăiesc Dumnezeu, morții, spiritele și sfinții. În acea lume, totul s-a întîmplat deja și totul e cunoscut. Acea lume vorbește. Are o limbă a ei proprie." Iar modul în care vorbește este prin natură. Deși e antiteza condiționării noastre sociale, este modul de a întîlni spiritele plantelor.

Loulou Prince ne dezvăluie mai multe despre cum lucrează această comunicare, povestind despre importanța viselor și respectul pentru plante:

Deseori cînd un pacient vine să mă vadă, îl trimit acasă în acea zi. Apoi postesc și mă pregătesc pentru a invita un vis în noaptea aceea. În vis, spiritele vin la mine și mă conduc în păduri, iar acolo îmi arată ce frunze să culeg și cum să le prepar. Cînd pacientul vine din nou în ziua următoare, eu știu exact ce trebuie să fac. Trebuie să și plătesc spiritul pentru ajutorul pe care mi l-a acordat. La fiecare răscruce prin care trec în drumul meu spre pădure ca să culeg frunzele ce mi-au fost arătate, trebuie să cînt pentru spirite și să îngrop monede pentru a trece în siguranță. Valoarea monedelor nu are importanță, relevant este respectul.

Cînd ajung la plantă, cînt din nou, ca să trezesc spiritele frunzelor și să le amintesc de visul pe care l-am împărtășit și de sarcina de îndeplinit.

Frunzele, odată culese, nu trebuie să atingă pămîntul, pentru că asta ar fi o insultă pentru spirit, iar energia plantei s-ar scurge în pămînt.

Vocea naturii este un vis, iar identificarea și culegerea frunzelor e un exercițiu de respect. Începe cu Loulou ținînd o anume dietă (deseori un post) pentru a convoca spiritul la o întîlnire în vis. Apoi, el urmează sfatul spiritului și culege frunzele ce i-au fost arătate, în tot acest timp plătind spiritele plantelor și pe celelalte de pe calea sa. Numai după ce se fac acestea poate începe vindecarea.

Puține sînt bolile ce nu pot fi vindecate cu plantele junglei dacă se urmează ritualurile cuvenite. Loulou tratează oameni cu probleme digestive, sexuale, febră, friguri, și are și leacuri pentru purificarea spiritului și restabilirea echilibrului în trup. Deseori el tratează copii care nu cresc bine deoarece sînt persecutați de spirite rele. În acest caz, leacul are o natură magică.

Există anumite frunze cu un miros puternic, care ajută copiii „atacați" spiritual. Eu adun frunzele care îmi sînt arătate de spirite și le amestec cu rom și apă de mare ca să fac o baie pentru copil, apoi mă rog și binecuvîntez frunzele.

În vreme ce îl îmbăiez, cînt pentru spirite și le cer să vină și să-l ajute pe copil. Apoi îi dau frunze ca să-i fac sîngele amar, astfel încît să aibă gust și miros rău, iar spiritele rele să plece. Cînd acestea sînt înfăptuite, nimeni nu mai poate blestema copilul sau să-i facă vreun rău.

PLANTAS MAESTRAS: ÎNVĂȚĂTORII ȘAMANILOR

Plantas maestras (plantele-„maestru“ sau „învățător“) sînt parte integrală a oricărei diete. Ele sînt cheie între spiritele tutelare ale șamanilor, aliați principali și ghizi în lumile sănătății și vindecării. În realitatea ordinară, ele sînt de asemenea considerate drept cei mai îndemînatici și importanți „doctori“, datorită relevanței și folosului pe care îl au în problemele majorității pacienților. Prin cunoașterea acestor plante, șamanul poate să trateze eficient bolile oamenilor săi.

În Occident se poate să fie dificilă găsirea unor plante analoage ale celor din junglă, pentru că ele cresc acolo unde este nevoie — iar nevoile de vindecare ale unui bancher din New York vor fi destul de diferite de cele ale unui fermier din Peru.

Totuși, beneficiile psihologice și spirituale ale plantas maestras, abilitatea lor de a reface echilibrul emoțional, de a alunga energiile negative sau de a deschide inima spre dragoste sînt dezirabile în oricare cultură, deci e posibil să găsim plante cu efecte echivalente sau similare dacă dorim pentru noi înșine aceste calități.

Cu acest gînd în minte, vă oferim acum o descriere a unora dintre cele mai des utilizate plantas maestras ale Amazoniei, împreună cu plante din propria noastră cultură care produc efecte similare — fie singure, fie în combinație. (Vezi și Anexele 1 și 2, pentru mai multe plante din Caraibe și Peru și echivalentele lor vestice).

Înainte de-a începe, să clarificăm termenii și condițiile. A ține dietă cu plante înseamnă să le ingerezi regulat și sistematic cu intenția de a te uni cu spiritul lor. Dacă alegeți să țineți dietă cu aceste plante, două lucruri sînt esențiale.

Primul: trebuie să consumați planta de cel puțin două ori pe zi, pentru cel puțin trei luni. Tipic, șamanii petrec mai multe luni sau chiar ani ținînd o dietă cu o anume plantă, deci trei luni într-adevăr ar trebui considerate un minimum.

În tot acest timp, restul dietei va trebui să fie cît mai simplu posibil (se recomandă orez, pește și legume necondimentate) și ar trebui să evitați alte ierburi și mirodenii pe cît se poate, precum și alcoolul și substanțele stimulente precum cafeaua. În special în timpul dietei, nu mîncați lămîie sau limete, care „taie“ magia. (De fapt, un mod clasic al șamanilor de a-și încheia dieta este să mănînce puțină sare și lămîie sau să facă o baie cu zeamă de lămîie.)

Al doilea: trebuie să vă concentrați asupra intenției voastre. Cît timp lucrați cu plantele alese, trebuie să intenționați să le întîlniți spiritele, nu doar să le ingerați pentru proprietățile lor fizice. Aceasta înseamnă să le luați în deplină cunoștință de cauză a faptului că astfel primiți în trup o inteligență complet diferită.

În Vest, noi nu sîntem obișnuiți cu o astfel de disciplină. De exemplu, ne place gustul lor, dar nu vedem efectele acestora asupra corpului nostru — cum menta ne răcorește și cum chimionul ne încălzește. Cînd începeți dieta, această conștientizare subtilă este importantă, așa că începeți să vă scanați trupul și emoțiile înainte și după ce luați planta. Cum vă simțiți emoțional? Ce se întîmplă fizic în trupul dumneavoastră? Ce face mintea (sînteți stresat sau sînteți relaxat etc.)? Unde vă aflați spiritual vorbind? Apoi, fiți conștienți ce se schimbă — imediat și la cîteva ore după ce luați planta. În acest mod, începeți să-i simțiți spiritul.

Pentru a face un ceai din oricare dintre plantele de mai jos, fierbeți ingredientele proaspete (cantitățile pot fi după gustul dumneavoastră, dar trei linguriță cu vîrf din fiecare sînt suficiente), într-o jumătate de litru de apă pentru cîteva minute, apoi lăsați să scadă la foc mic douăzeci de minute, suflînd fum — care vă poartă intenția — în mixtură în timpul fierberii. Aceasta va trezi spiritele plantelor și le va acorda la nevoile dumneavoastră. Adăugați miere dacă doriți, strecurați și beți cînd se răcește. Pentru o mixtură care să dureze mai mult, puneți ingredientele proaspete în alcool (se recomandă rom sau vodcă), cu miere dacă doriți. Lăsați-le o vreme pentru a se macera în alcool*, apoi beți trei-cinci linguriță pe zi, dimineața și seara.

Iată deci plantele-învățător pe care le recomandă șamanii amazonieni, împreună cu echivalentele lor din Europa și America.

CHIRIC SANANGO: PENTRU DRAGOSTE

Chiric sanango crește în principal în Amazonul superior și în cîteva *restingas* (locuri înalte care nu sînt inundate niciodată). Este bun pentru răceli, artrită și are efectul de-a încălzi corpul. (*Chiric*, în *quechua*, înseamnă „gîdilitură“ sau „mîncărime“, o aluzie la căldura înțepătoare pe care o generează.) Șamanii plantelor îl prescriu deseori pentru pescari și lucrătorii

---

* Timpul necesar macerării depinde de factori precum temperatura mediului, expunerea la soare etc. Într-un climat însorit, 8-10 zile ajung; într-un climat răcoros, se recomandă trei săptămîni sau mai mult.

forestieri, deoarece ei petrec mult timp în apă și sînt predispuși la friguri și artrită. Totuși, pacientul nu trebuie să bea prea mult odată, deoarece poate da o amorțire a gurii și un ușor sentiment de dezorientare. Planta se mai folosește și în băi magice (vezi Capitolul 6) pentru a-i schimba energia celui care face baie și a-i aduce noroc în afaceri.

Folosită în Occident, planta are un efect mai mult psihologic, dar tot legat de „căldură". Aici ajută oamenii să-și deschidă inimile spre iubire („încălzește" o inimă rece, dar și „răcorește" o inimă care e prea inflamată de gelozie și mînie) și spre a se identifica cu alte persoane ca frați și surori. În esență, ajută oamenii să ia contact cu părțile lor iubitoare și sensibile. Un alt dar al plantei este îmbunătățirea respectului de sine, care se întîmplă ca urmare a acestei conexiuni îmbunătățite cu sinele.

Chiric sanango poate fi preparat în apă sau *aguardiente* (alcool slab din trestie de zahăr), sau făcut sirop prin adăugarea sucului său peste miere sau fructoză. Se spune însă că penetrează mai bine oasele dacă e fiert simplu cu apă și băut.

Pentru o dietă vestică, menta, ca factor de echilibrare a căldurii fizice și emoționale a trupului, are o parte din proprietățile lui chiric sanango. Vă poate răcori într-o zi de vară, dar poate genera și căldură cînd e băută lîngă foc, iarna, și are aceleași efecte asupra emoțiilor, promovînd fluxul de iubire, precum și claritatea alertă. Din aceste motive, menta a fost asociată cu planeta Venus, numită astfel după zeița romană a dragostei.

Plante bune de combinat cu menta sînt roinița și mușețelul. În magia arabă cu ierburi, este cunoscut că roinița aduce sentimente de iubire și vindecare. (Pliniu a remarcat că puterile sale de vindecare sînt atît de mari, încît, unsă pe lama unei săbii care rănise pe cineva, oprea curgerea sîngelui rănitului fără a fi nevoie de vreun contact fizic). Cercetări recente la Universitatea Northumbria din Marea Britanie au dovedit și ele beneficiile roiniței, care intensifică sentimentele de calm și stare de bine și îmbunătățește memoria. Mușețelul, pe de altă parte, este foarte relaxant și de ajutor în practicarea meditației și a iertării.

Chiric sanango, după cum am menționat, mai ușurează și durerile de artrită. Dacă aceasta vă e problema, plantele vestice care ar trebui adăugate mentei sînt ginsengul și gălbenelele.

GUAYUSA: PENTRU VISE LUCIDE

Guayusa are efectul de a da vise lucide (vise în care sînteți conștient că visați și puteți direcționa visul). Din această cauză, în Amazonia, ea este

numită „planta paznicului de noapte“ deoarece, chiar dacă dormi, ea îți dă o conștiență asupra împrejurimilor fizice. Granița între somn și trezie devine mai fluidă și visele devin mai colorate, mai bogate, mai puternice decît înainte. Pentru cei interesați de vise și de visarea șamanică, este planta de explorat.

Guayusa este o plantă bună pentru oamenii care au exces de aciditate, indigestie sau alte probleme ale stomacului și bilei. De asemenea, dezvoltă forța mentală și este paradoxală, în sensul că, exact cum chiric sanango răcorește și încălzește în același timp, guayusa relaxează, dar și energizează.

În lumea vestică, feriga, pelinul negru, gălbenelele, iasomia, trandafirul și plopul produc același efect de visare lucidă, profetică. Frunzele și mugurii de plop erau deseori un ingredient-cheie al „unguentelor pentru zburat“ ale vrăjitoarelor europene, care le foloseau pentru ceea ce noi am numi proiecție astrală. Folosiți o mixtură din aceste plante (fie în apă, fie în alcool), pentru a produce un lichid ce poate fi luat în același fel ca în exemplele anterioare.

Aceste plante pot fi la fel de bine pregătite ca un ceai sau o tinctură (în apă sau alcool), dar și în felul în care practicanții Vodou din Haiti îl folosesc pentru a lucra cu „plantele viselor“ specifice locului: făcînd o *bila*. În Haiti, ceremonia *bat guerre* — „bătălia pentru spirite“ — este un ritual de inițiere pe durata a trei nopți, ce este parcurs de persoana care dorește să devină șaman. Inițiatul îngenunchează în fața unei bila, o pernă ceremonială umplută cu ierburi magice și, ore întregi, trebuie să o bată cu o macetă, în timp ce în jurul lui se bat tobe și se dansează. Această batere face ca aromele ierburilor să se degaje și, datorită lor, el intră în transă, iar spiritele vorbesc către el și, deseori, prin el.

Ceremonia *bat guerre* are loc în fața întregii comunități, deoarece unul dintre aspectele sale este și demonstrarea angajamentului către o viziune spirituală asupra lumii. Sudoarea noului preot și băsicile pe de mîinile sale constituie dovada că are dedicarea și puterea de a face ca această viziune să fie o realitate pe Pămînt.

Din fericire, nu este necesar ca dumneavoastră să parcurgeți acest ritual pentru a simți o nouă realitate, deoarece noi toți intrăm în universul viselor în fiecare seară cînd mergem la culcare. Mulți înțeleg că ierburile îi pot influența subtil și dorm cu un săculeț de lavandă lîngă pernă sau cu cearșafuri parfumate cu trandafiri. Ei găsesc că aceasta îi relaxează și le schimbă dispoziția în moduri subtile, dar perceptibile. Din acest punct de vedere, ierburile din *bila* nu sînt diferite.

Pentru a crea o *bila* de uz personal, luați cîte o mînă de pelin negru și plop, sau altele dintre ierburile menționate, și amestecați-le. Stropiți apoi cu uleiuri de paciuli, portocale sau neroli (uleiurile de aromaterapie sînt bune), dacă doriți, și, așa cum se procedează în Haiti, adăugați puțin rom sau apă pentru a lega mixtura. Concentrați-vă asupra intenției dumneavoastră în timp ce lucrați: ierburile vă vor ajuta să visați mai lucid și să adunați informații din lumea spiritelor. Lăsați mixtura să se usuce vreme de cîteva zile. Cînd e gata, puneți-o mărunțită într-o punguță de pînză și așezați-o sub pernă. Păstrați un jurnal de vise lîngă pat și, de îndată ce vă treziți, imediat notați ce vise ați avut și ce senzații aveți la trezire.

Julie, o participantă la un workshop al nostru de leacuri din plante, a făcut și a folosit o *bila* ca mai sus. Nu doar că i-au fost simțitor îmbunătățite visele și în jurnalul său sînt vise cu mult mai bogate decît cele ale mai multor ani anteriori, dar a și trăit senzații de decorporalizare pe care nu le mai avusese niciodată.

Ea scrie: „Am simțit că zburam peste peisaje în visele mele și puteam selecta oricare loc și explora ce se întîmplă acolo. Deseori în aceste experiențe apăreau prieteni și cînd, la ceva vreme după experiență, vorbeam la telefon sau ne întîlneam, ieșea la iveală că, de cele mai multe ori, ceea ce am văzut în vis chiar li se întîmplase. În unul sau două cazuri și ei au experimentat prezența mea în visele lor în noaptea în care visam despre ei."

O metodă similară pentru inducerea viselor care aduc informații specifice sau vindecare vine din tradiția hindusă și folosește o pernă de vise. Ierburile folosite în această tradiție sînt determinate de aspectele de viață în care aveți nevoie de ghidare.

Lista de mai jos oferă cîteva corespondențe cu mirodeniile, ierburile și florile pe care visătorii le găsesc folositoare.

Începeți prin a face un amestec-bază din plop și pelin negru, ca la o *bila*. Apoi, în funcție de informațiile dorite, adăugați planta corespunzătoare.

- Dragoste: trandafir și/sau scorțișoară
- Bani: bergamotă
- Sănătate: lavandă sau fenicul
- Oprirea coșmarurilor: cuișoare
- Dezvoltare spirituală: iasomie

Tăiați o bucată de material textil natural (mătasea sau bumbacul sînt bune) în formă dreptunghiulară, cam de două ori de lățimea unei carcase de CD. De obicei se folosesc materiale albe sau negre, dar puteți folosi culori corespunzătoare nevoilor sau gusturilor dumneavoastră. Pliați dreptunghiul

în două, astfel încît să formeze un pătrat, apoi coaseți părțile laterale și întoarceți pe dos punguța astfel creată. Umpleți perna cu plantele „bază", adăugînd florile și ierburile cele mai potrivite pentru sfaturile pe care doriți să le primiți. Coaseți și latura rămasă și ați obținut o pernă de visat. Se spune că e cel mai bine să intenționați vise pentru dragoste cînd Luna e în creștere (cele paisprezece zile de după Luna Nouă) și vise pentru sănătate cînd Luna e în scădere (cele paisprezece zile de după Luna Plină).

AJO SACHA: PÎNDIREA SINELUI

Ajo sacha este un purificator al sîngelui care ajută corpul să se debaraseze de toxinele fizice sau spirituale și reface puterea și echilibrul ce s-au pierdut datorită bolilor care afectează sîngele (vedeți o fotografie a plantei *ajo sacha* la pagina 2 a secțiunii foto).

Psihospiritual, ajo sacha ajută la dezvoltarea acuității mentale și, de asemenea, poate să-l scoată pe cel care o folosește din *saladera* (o serie de ghinioane, inerție, sentimentul de a nu-ți trăi viața din plin). Se mai folosește și la desfacerea vrăjilor — dezlegarea blestemelor sau îndepărtarea energiilor rele trimise fie deliberat, fie din greșeală (într-o explozie de mînie etc.).

În băi florale (vezi Capitolul 6), va vindeca stările de șoc și frică (cunoscute ca *manchiari*). Aceste stări sînt deosebit de periculoase în special la copii, ale căror suflete nu sînt la fel de bine fixate ca ale adulților; în aceste cazuri, un șoc puternic poate să ducă la pierdere sufletului (vezi Capitolul 4). Acest fenomen, în special în cazul copiilor, este cunoscut șamanilor din Haiti sub numele de *seziman*. Părinții grijulii ai nou-născuților îi angajează pe șamani să facă amulete protectoare copiilor.

O altă importantă utilizare a ajo sacha în Amazonia este aceea de a îmbunătăți abilitățile vînătorilor, nu doar prin mascarea mirosului oamenilor cu propriul său miros usturoiat (planta are și un gust puternic iute și, de fapt, numele său — un hibrid de spaniolă și quechua — înseamnă „usturoi sălbatic", deși planta nu e o rudă a usturoiului), ci și amplificîndu-i vînătorului simțul gustului, mirosului, auzului și văzului, care bineînțeles că sînt esențiale pentru succes și pentru supraviețuire. Aceasta este o plantă pentru vînătoare.

În lumea vestică, abilitatea vînătorească tinde să se traducă psihologic, iar planta devine un mijloc de a ajuta o persoană să-și vîneze, să-și pîndească problemele interioare. Pentru a sublinia aceasta, Guillermo Arevalo, un *maestro shipibo*, adaugă faptul că planta deschide calea șamanului și îl ajută

pe ucenic să vadă dincolo de realitatea convențională — atîta vreme cît are „inimă de războinic“ și este pregătit să trăiască conform obligațiilor șamanismului. Pentru aceasta, el are nevoie de curaj, capacitate de a privi adevărul gol-goluț și de a-și cunoaște adevărata chemare, fără frică de extreme sau de „lucruri urîte“.

Este fascinant că planta, folosită pentru vînătoare în junglă, are aceeași calitate esențială și într-un mediu ca al nostru, în care mîncarea e cumpărată din supermarket, iar noi nu mai hăituim deloc vînatul, dar în care deseori avem într-adevăr de „vînat“ probleme. Cu siguranță, această plantă are calități extraordinare.

Plantele vestice care au folosire terapeutică echivalentă sînt valeriana și verbina. Valeriana este consemnată din secolul al XVI-lea ca ajutor pentru liniștirea minții, și, în cele două războaie mondiale, a fost folosibilă pentru combaterea anxietății și depresiei. Și astăzi este folosită în aceleași scopuri. Ea mai aduce alinare în cazul atacurilor de panică și al durerilor de cap, care sînt privite ca simptome ale unor situații mai profunde — probleme nerezolvate sau stres. Relaxînd mintea, valeriana ajută psihicul să lucreze asupra realei probleme, ajutat de planta însăși.

Un mod de a consuma valeriană (ce ajută și la a avea un somn profund și odihnitor) este prin adăugarea unor părți egale de frunze de floarea pasiunii și flori de hamei. Totul se pune în votcă și miere, se lasă cîteva săptămîni, după care se iau cîteva linguriță la culcare.

Verbina, pe de altă parte, era bine-cunoscută druizilor, care o foloseau pentru a se proteja contra „spiritelor rele“ (astăzi, le-am spune „probleme interioare“ sau „umbră“). O folosim ca ajutor în cazurile de epuizare nervoasă, paranoia, insomnie și depresie. Ca și valeriana, relaxează mintea, conștiința și, prin aceasta, dă putere inconștientului să lucreze pe — sau să vîneze — problema înrădăcinată mai adînc.

Usturoiul este o altă plantă protectoare, cu efecte de purificare — de întărire a sîngelui. Nicholas Culpepper a notat calitățile sale de aducător de echilibru și a scris despre el ca despre un „leac universal“. A fost de multă vreme asociat cu magia, protecția față de vrăjitorie, vampiri, vrăji rele, și în exorcizări (adică, psihologic vorbind, în a ne ajuta să scăpăm de demonii noștri interiori). Soldații romani îl mîncau ca să-și facă curaj și să-și depășească frica de dinaintea bătăliilor. Există și o tradiție de a pune usturoi sub perna copiilor pentru a-i proteja în timpul somnului și a-i apăra de coșmaruri. Un mod de a ține o dietă cu usturoi este în forma mierii cu usturoi — care nu e atît de dezagreabilă cum poate că sună. Pentru a o

prepara, luați circa un kilogram de usturoi decojit și zdrobiți-l cu puțină miere, apoi adăugați încă o jumătate de kilogram de miere la amestec. Beți amestecul cu apă caldă sau mîncați-l simplu: două linguriţe pe zi, dimineața și seara.

Alte plante bune pentru sporirea înțelepciunii (cunoașterii interioare) sînt, printre altele, piersicile, salvia, floarea soarelui. Toate pot intra în dietă fie proaspete, fie cu puțin rom sau votcă.

MOCURA: PUTEREA PSIHOLOGICĂ ȘI EMOȚIONALĂ

Una dintre calitățile plantei *mocura* este abilitatea sa de a da putere psiho-emoțională și de a aduce echilibru. Din această cauză este privită ca un mare armonizator, care repară legătura dintre mintea rațională și sinele simțitor.

De exemplu, este bună la a contrabalansa timiditatea și poate să îmbunătățească simțul valorii personale și autoritatea, prin faptul că ajută la depășirea amintirilor dureroase (ale umilirilor și eșecurilor trecute etc.).

Mocura este folosită și în băi florale, pentru a purifica și a proteja contra forțelor răuvoitoare ale vrăjitoriei și ale *envidia* (invidiei). Proprietățile sale medicale includ alinarea astmului, bronșitei și reducerea grăsimilor și colesterolului.

În Vest, există un număr de plante cu efecte similare, aducînd calm și echilibru sufletului. Printre ele se numără lavanda — despre care Pliniu spunea că este atît de puternică, încît, doar dacă o privești, îți aduce pace —, creţușca, pinul și rozmarinul.

Arderea acelor de pin va purifica atmosfera unei case și o ramură de pin pusă deasupra ușii va aduce armonie și bucurie căminului. Rozmarinul, în special ars, curăță și centrează. Se spune că, dacă te concentrezi asupra fumului cu o întrebare în minte, el îți va da răspunsul. Există o credință europeană că, dacă porți rozmarin la tine, te va proteja de tristețe. El este chiar plăcut de băut cu miere, în forma unui ceai slab.

În termeni de energetică a corpului și de uzuri magice, mușchiul, frunzele de portocal și de cătșun sînt folosite de vrăjitoarele europene pentru a îndepărta ghinionul, iar drețele, mirtul și frunzele de violete — pentru depășirea fricii.

ROSA SISA: ARMONIE ȘI VINDECAREA SUFLETULUI

Planta *rosa sisa* este deseori folosită pentru a vindeca copiii ce suferă de *mal aire* (aer rău), o maladie ce apare cînd unul dintre membrii familiei moare și îl lasă în urmă pe copil nefericit și fără somn. Se spune că spiritul persoanei decedate persistă, deoarece este prea trist să plece și e conștient de tristețea generată de moartea sa, așa încît rămîne în casă și încearcă să aline suferința familiei. Totuși, această apropiere a morții poate îmbolnăvi copiii.

Rosa sisa mai este folosită pentru aducerea norocului și, în general, a armoniei. Unul dintre modurile în care se poate manifesta ghinionul este prin forța magică a invidiei. Un vecin gelos poate, de exemplu, să vă arunce o mînă de țărînă luată din cimitir în casă, pentru a vă aduce tristețe și sentimente grele. Cei din casă devin apatici, agitați sau fără somn. Soluția este să luați o găleată de apă cu flori de rosa sisa zdrobite și să spălați bine podeaua pentru a risipi vraja.

Mulți peruvieni cresc rosa sisa lîngă ușa casei, pentru ca ea să absoarbă negativitatea trecătorilor care se uită cu invidie la proprietatea lor. Florile se fac negre cînd se întîmplă așa, dar revin la culoarea normală cînd energia negativă este dispersată, prin rădăcini, în pămînt.

Rosa sisa mai este folosită la a face visele să devină realitate prin suflarea petalelor, avînd o dorință în minte — cum facem noi cu păpădiile. Ea poate să aducă împlinirea dorințelor deoarece este „luminoasă ca soarele“ și conține energia norocului.

Rosa sisa este gălbeneaua africană (*tagates erecta*) și are întrebuințări magice similare în Vest. Aemilius Macer, în secolul al XIII-lea, spunea că doar privirea florii trage „umorile rele afară din cap“, „liniștește inima“ și face vederea „să se curețe și să se lumineze“.

În Europa, ca și în Peru, gălbenelele sînt crescute lîngă ușă sau atîrnate în ghirlande pentru a proteja de atacuri magice pe cei ai casei. Pentru același motiv, și pentru a da putere spirituală, petalele lor se pot scutura sub pat (ceea ce poate genera vise bune, uneori profetice) sau adăuga în apă de baie pentru a calma și reîmprospăta trupul și sufletul.

La fel ca și în ceaiul de gălbenele (bun la scăderea febrei, în special la copii), pentru gastrite, amigdalite, probleme ale vezicii, petalele pot face parte din dietă în salate sau adăugate la orez și la fasole. Ele pot, de asemenea, să fie aplicate și frecate pe piele pentru vindecarea iritațiilor, tăieturilor, vînătăilor și mîncărimilor.

Ca alternative, pentru a crea armonie în sine și în casă, includeți gardenia, creț ușca și floarea pasiunii.

PIRI PIRI, ROGOZUL MEDICINAL: PENTRU VIZIUNE

Nativii peruani cultivă numeroase varietăți de rogoz medicinal pentru tratarea unei game largi de probleme de sănătate. Rădăcinile de rogoz sînt folosite în vindecarea durerilor de cap, febrei, crampelor, dizenteriei și rănilor, precum și pentru ușurarea nașterii și protejarea de boli a nou-născuților.

Femeile shipibo cultivă varietăți speciale de rogoz pentru a-și îmbunătăți îndemînarea în țeserea tapiseriilor magice care încorporează universul spiritual. Există obiceiul ca mama unei fete foarte tinere să-i pună în ochi acesteia cîteva picături din semințe de *piri piri*, pentru a-i da abilitatea de a avea viziuni ale modelelor pe care le va face cînd va fi mai mare. Bărbații shipibo cultivă rogoz pentru a-și îmbunătăți calitățile de vînători.

Întrucît rogozul e folosit pentru o gamă atît de largă de probleme, la un moment dat, puterile i-au fost tratate ca ținînd de superstiție. Totuși, cercetările farmacologice au relevat prezența alcaloizilor ergot în această plantă, cu diverse efecte asupra trupului, de la stimularea sistemului nervos la constricția vaselor sangvine. Alcaloizii sînt răspunzători și de marea varietate a utilizărilor rogozului. Ei provin, de fapt, nu de la planta în sine, ci de la o ciupercă, care o infestează.

Există un număr de plante vestice despre care se spune că și ele produc viziuni — adică o comuniune cu marele spirit al lumii. Frunzele de angelică și cele de potbal fumate induc astfel de viziuni, iar damiana, odată arsă, produce același efect.

Angelica este de multă vreme privită ca o plantă spirituală cu puteri aproape supranaturale. Ea este legată de Arhanghelul Rafael, care a apărut în visul unui călugăr medieval și i-a relevat-o ca fiind leac al ciumei. Indienii americani o folosesc în comprese, pentru umflături dureroase: ea scoate spiritul durerii din trup și-l aruncă în cele patru vînturi.

A fost consacrată și ca adjuvant în vindecarea alcoolismului, deoarece folosirea sa regulată creează dezgust față de alcool. Cercetări recente sugerează că ajută trupul în lupta cu cancerul. Frunzele sale pot fi adăugate la salate, un alt mod de a ține o dietă cu ea.

Potbalul este o altă plantă cu o plajă largă de calități, dar e cel mai apreciat pentru efectele în alinarea problemelor respiratorii și ale bronhiilor. Un mod de a ține dietă cu potbal este, paradoxal, să fie folosit în țigarete din ierburi. Ele pot fi făcute adăugînd potbal la alte ierburi aromatice și liniștitoare, de exemplu, gura-lupului sau mușețel. Tăiați ierburile în bucăți mici și amestecați-le bine cu puțină miere dizolvată în apă, apoi întindeți mixtura la uscat pentru cîteva zile. Puteți s-o faceți țigarete sau s-o fumați în pipă.

UNA DE GATO: PENTRU ECHILIBRU

Una de gato (gheara mîței) este o liană tropicală care crește în junglă. Ea și-a luat numele de la micii țepi de la baza frunzelor, care arată ca ghearele de pisică și ajută planta să se înfășoare în jurul copacilor, urcînd pînă la înălțimea de 50 de metri.

Interiorul cojii sale a fost folosit timp de generații în Amazonia pentru a trata inflamațiile, frigurile, infecțiile virale, artrita și tumorile. Ea are proprietăți antiinflamatoare și de curățare a sîngelui. Are o acțiune de curățare a întregului tract intestinal, tratînd o gamă largă de probleme digestive, precum ulcerul gastric, paraziții și dizenteria.

Totuși, cea mai faimoasă calitate a sa este o puternică abilitate de a stimula sistemul imunitar, fiind considerată de mulți șamani ca factor de armonizare ce readuce funcțiile trupului la un echilibru sănătos.

Dintr-o perspectivă psiho-spirituală sau șamanică, boala apare de obicei dintr-un dezechilibru spiritual al pacientului, care îl face să devină de-spiritualizat, să-și piardă pofta de viață (în Occident, noi am numi aceasta depresie). Interesant, Thomas Bartram, în a sa *Enciclopedie a Medicinii Plantelor*, scrie că, în Vest, „unii psihiatri cred că (problemele sistemului imunitar, în care corpul se atacă pe sine) sînt fenomene autoinduse, din cauza unui sentiment nerezolvat de vinovăție sau de lipsă de apreciere de sine… Oamenii care sînt fericiți acasă și la muncă au, de obicei, un sistem imunitar robust“. Perspectiva psihiatrică, din acest punct de vedere, nu este diferită de cea șamanică.

Se crede că gheara mîței vindecă bolile prin restabilirea atît a păcii spiritului, cît și a echilibrului dintre spirit și trup. Proprietățile medicale ale plantei sînt recunoscute de guvernul peruvian și ea este protejată (în export). Este totuși disponibilă în magazinele naturiste din Vest atît în formă de capsule, cît și naturală, ambele fiind bune pentru dietă, cu mențiunea că

efectele spirituale ale capsulelor sînt mai slabe, întrucît, prin procesarea unei plante, mult din spiritul ei se pierde.

Folosirea echinaceei ca substitut pentru gheara mîței va stimula sistemul imunitar și va avea eficiență contra depresiei și extenuării. Ca o alternativă, puteți încerca un amestec de limba mielului cu scorțișoară și coacăze negre, toate buni vindecători care, în general, ridică moralul.

CHULLACHAQUI CASPI: CONECTAREA LA PĂMÎNT

Rășina copacului amazonian *chullachaqui caspi*, extrasă din trunchi exact cum se extrage cauciucul din arborele de cauciuc, poate fi folosită ca o cataplasmă sau poate fi pusă direct pe răni, pentru vindecarea tăieturilor adînci și oprirea hemoragiilor.

Pentru probleme de piele cum e psoriazisul, se poate rade și fierbe coaja, pacientul stînd deasupra vasului cu o pătură pe cap, într-o baie de aburi. Prin fierberea cojii se obține un ulei din care se fac capsule. Este important ca prelevarea scoarței să fie făcută fără a omorî copacul, deoarece acest lucru ar avea consecințe spirituale grave.

Calitatea mai puternică și mai spirituală a acestui copac este de a ajuta șamanul sau pacientul să se apropie de spiritul pădurii și să se conecteze la vibrația și ritmul Pămîntului. Reconectarea la natură va întări o minte instabilă și va ajuta la înrădăcinarea unei persoane cu probleme. De asemenea, îl va ajuta și ghida pe ucenicul șaman, arătîndu-i cum să recunoască plantele vindecătoare.

Copacul are rădăcini mari, care îl sprijină la suprafață, deoarece crește pe soluri nisipoase în care acestea nu pot intra adînc. *Chulla* înseamnă, în quechua, „picior răsucit“ (o referire la structura rădăcinii), în timp ce *chaqui* este planta.

Mitologia amazoniană tratează și ea subiectul în povești despre piticul junglei, *chullachaqui*, despre care se spune că arată ca un om, cu excepția faptului că are un picior răsucit. El este protectorul animalelor și trăiește în locurile în care crește copacul. Legenda spune că, dacă te-ai rătăcit în junglă și întîlnești un prieten sau o rudă, e cel mai probabil ca un *chullachaqui* să fi luat forma lor. El va fi prietenos și te va invita la o plimbare, în care te va îndruma și îți va arăta ceva interesant. Dacă îl urmezi, te va duce adînc în junglă, așa încît fie te vei rătăci de tot și vei înnebuni, fie vei deveni un *chullachaqui*.

Poate că legenda se referă la inițierea șamanului plantelor, care trebuie să meargă mult în adîncul junglei pentru a-și îndeplini lucrarea de a cunoaște plantele și pădurea. Astfel de încercări pot într-adevăr conduce la nebunie sau moartea celui neatent, dar cei ce reușesc devin mari vindecători, aflați în legătură cu spiritele naturii, precum chullachaqui însuși.

Piticul chullachaqui este simbolul copacului. Motivul „copacului lumii" — centrul spiritual al Universului, care conectează planurile materiale și imateriale — apare în multe culturi și este deseori conectat cu inițierea.

În Haiti, spiritul *Papa Loko* (al cărui nume e o variantă a lui *Iroco*, denumirea unui copac din Africa) este cel ce îl întîlnește pe viitorul șaman în pădurile întunecate, noaptea, pentru a-l iniția în religia Vodou. În Siberia, de asemenea, există o tradiție conform căreia alesul-șaman trebuie să se cațere, în transă fiind, pînă în vîrful unui mesteacăn alb și acolo, pe crengile cele mai înalte, să facă niște semne secrete primite de la spirite.

Celor care totuși nu sînt pregătiți pentru provocarea inițierii șamanice, șamanii din junglă le dau un sfat simplu: dacă atunci cînd vă plimbați prin pădure întîlniți un prieten sau o rudă, verificați-i picioarele, deoarece chullachaqui va încerca să-și ascundă piciorul răsucit. Nu mergeți nicăieri cu el, ci întoarceți-vă și fugiți!

În timp ce pentru noi este interesant să speculăm despre simbolismul inițiatoriu al lui chullachaqui, șamanii amazonieni îl privesc ca pe o ființă foarte reală. Într-o fotografie primită de la Javier Arevalo se vede o *tambo* a unui chullachaqui, iar Javier jură că e reală. Tambo e o colibă ceva mai înaltă de un metru, folosită ca adăpost în junglă. Javier a descoperit-o lîngă o grădină cultivată, adînc în jungla sălbatică.

În Vest, avem propriile noastre legende despre copaci magici. Un astfel de copac e salcia, copac sacru pentru druizi. Siturile antice de îngropăciune din Marea Britanie, precum și cimitirele zilelor noastre sînt deseori punctate de sălcii aliniate, ele simbolizînd poarta dintre cei vii și cei morți — dintre spirit și materie. Măturile vrăjitoarelor sînt și ele legate cu salcie, ajutîndu-le să zboare în lumea cealaltă.

Pentru a vă aprofunda conexiunea cu pămîntul și spiritul, puteți ca în loc de chullachaqui caspi să țineți o dietă cu salcie. Faceți asta prin arderea bucăților de coajă măcinată împreună cu santal alb sau mir și îmbăierea în fum.

CHUCHUHUASI: FORȚĂ VITALĂ SPORITĂ

Chuchuhuasi este un alt copac amazonian care face parte importantă din farmacia junglei. Coaja sa poate fi mestecată ca remediu al durerilor de burtă, febrei, artritei, circulației proaste și problemelor bronhiilor, dar, întrucît este amară, cel mai des este macerată sau fiartă în apă și miere.

Variantele vestice includ brusturele — pentru artrită și pentru „fierbinți“ care se manifestă pe piele în forma eczemelor, psoriazisului, acneei — și ginsengul, pentru problemele circulatorii. Kola e bună pentru problemele abdominale (diaree, dizenterie etc.), iar saw palmetto este un tonic general, bun pentru bronhii.

Chuchuhuasi mai este privit și ca stimulator al libidoului și afrodiziac, dînd persoanei care îl bea un sentiment nou de vigoare și poftă de viață. Din aceste cauze, chuchuhuasi este ingredientul principal în multe dintre cocteilurile barurilor și restaurantelor din Iquitos, de pe malurile Amazonului. Cel mai popular astfel de cocteil este Chuchuhuasi Sour, în care este amestecat cu lămîie verde, gheață și miere.

În Vest, plantele care au calități afrodiziace similare includ brusturele, ginsengul, kola și fructele de saw palmetto. Acestea nu sînt doar pentru mărirea potenței sexuale, ci îl reconectează pe cel care ține dieta la bucuria de a trăi și la dragostea față de ceilalți.

În barul Ari's din Iquitos poți să cumperi multe băuturi exotice și stimulatoare ale potenței sexuale. Unul dintre aceste cocteiluri este denumit, și pe bună dreptate, Super Erectus, și este un amestec de ou crud, coajă de yohimbe fiartă, catuba, ginseng, guarana, nucă de kola, damiană, iaurt, suc de fructe, miere, polen și nuci de Brazilia măcinate, caju și alune, toate puse într-un blender și amestecate. O legendă deocheată de la Ari's spune că unul dintre clienți, un bărbat mai în vîrstă, bea cîte două astfel de cocteiluri pe zi și era tot timpul în compania unor femei avînd pe jumătate vîrsta lui; cînd bărbatul a murit, a fost îngropat într-un coșciug ce avea o gaură făcută în scîndura de deasupra, întrucît altfel nu au putut nicicum să bată în cuie capacul. Grăitoare poveste!

În straniul oraș al junglei care este Iquitos, fiecare este autorul a zece mii de legende, așa că trebuie să precizăm că povestea a mai fost atribuită și șamanului Augustin Rivas Vasquez, iar în versiunea lui, băutura este cea numită Rompe Calzon. Deoarece *rompe calzon* se traduce prin „rupe lenjeria“, se pare că morala este aceeași.

Dacă doriți să încercați un Super Erectus, iată una dintre rețetele lui Ross, care folosește ierburi mai ușor de găsit în Vest:

Amestecați ginseng, saw palmetto, muira-pauama, sarsaparilla, helonia, agnus cactus, kola, damiană, lemn dulce, polen, propolis și lăptișor de matcă, după gust. Puteți adăuga rom sau coniac pentru a obține un tonic, sau ou crud și iaurt organic într-un blender, pentru a obține un shake. Beți o cană în fiecare dimineață.

REFLECȚII ASUPRA DIETEI

A ține dietă cu *inteligența* unei plante este total diferit de înghițirea unor pastile. Cea din urmă are efect doar atîta vreme cît continuați să luați medicamentele, în timp ce leacurile din plante duc la o schimbare permanentă, prin relația pe care o stabiliți cu esența plantei. Conexiunea la început poate să pară metaforică sau simbolică, dar, pe măsură ce ea se aprofundează, veți începe să o simțiți în toată ființa dumneavoastră: fizic, spiritual, mental și emoțional, pe măsură ce spiritul plantei se unește cu conștiința dumneavoastră și începe să vă modifice ADN-ul psihospiritual și emoțional.

Una dintre marile revelații (și alinări) pe care le puteți trăi lucrînd cu plantele în acest mod este faptul că nu sîntem deloc separați de lumea naturală; sîntem cu toții conectați. Aici includem cîteva exerciții care să vă ajute să lucrați mai profund cu aliații dumneavoastră plante și să trăiți mai mult din această conexiune.

Începem cu cîteva comentarii:

1. Lucrați cu plante care cresc local.

Nevoile de vindecare diferă de la cultură la cultură. Uneori, ele țin de climat și de alți factori fizici (răcelile, de exemplu, sînt mai frecvente în Anglia decît în Peru, deoarece climatul este rece și umed). Uneori, este vorba despre situații psihospirituale care țin de înclinația unui grup spre un anume fel de a trăi (bolile stresului sînt mai puțin frecvente în Haiti și Jamaica decît în SUA, de exemplu, deoarece jamaicanii și haitienii sînt mai relaxați, în vreme ce americanii sînt mai expuși grabei, presiunilor, atacurilor lumii corporatiste și freneziei vieții moderne).

Oriunde ne-am afla, totuși, șamanii ne spun: Creatorul cunoaște nevoile noastre de vindecare și are grijă de ele, deci plantele locale întotdeauna vor fi mai puternice și mai indicate în dietele și curele noastre. Multe modalități tradiționale și indigene de a lucra cu plantele

locale s-au pierdut în societatea vestică, dar practicile vindecărilor cu plante din alte culturi, cum sînt cele despre care ați citit în acest capitol, pot fi folosite la fel de eficient ca plantele zonei noastre (vezi și anexele de la sfîrșitul cărții pentru alte plante locale care pot face parte din dietă pentru anumite nevoi fizice sau spirituale).

2. Există putere în fiecare parte a plantei.

Nimic nu trebuie aruncat și putem învăța de la fiecare floare, rădăcină, frunză sau fragment de coajă. Chiar și plantele obișnuite — așa-numitele „buruieni“ — au proprietăți spirituale și medicinale. Nu este necesar ca întotdeauna să le căutăm pe cele populare și frumoase, după cum spunea Adam, mîncătorul de păcate: „O buruiană este pur și simplu un dar al naturii pe care nu vrem să-l primim“, dar a cărui putere vindecătoare rămîne aceeași. Lucrați cu planta care vă cheamă, indiferent de statutul său în lumea vestică.

3. Procesul de selecție a plantelor pentru dietă este intuitiv și emoțional, iar nu rațional și cerebral.

Alegerea poate fi rezultatul multor factori — culoarea sau mirosul plantei poate să fie pline de înțeles pentru dumneavoastră, sau poate că este o floare pe care o iubeați, copil fiind, iar acum doriți să știți mai multe despre ea. Exact așa cum sînteți „atras“ de cineva cu care vă împrieteniți — în loc să stați jos și să faceți o analiză rațională și obiectivă asupra ideii dacă-l doriți sau nu în viața dumneavoastră — permiteți-vă să fiți atras de planta-aliat în același mod.

Cum țineți dieta

Să luăm ca exemplu rozmarinul. Are un miros specific, care stimulează și revigorează, și poate acest sentiment de revitalizare este o calitate pe care o doriți în viața dumneavoastră. Simțiți că vă va ajuta o dietă cu această plantă și sînteți atras emoțional față de ea.

Dacă acum vă „acordați“ și începeți să o cercetați, veți descoperi că planta este cunoscută din vechime ca stimulent al sistemului nervos și al sîngelui. Uleiul de rozmarin este folosit pentru tratarea reumatismului, a durerilor de cap cauzate de nervi, a durerilor musculare și a luxațiilor, iar adăugată în baie, tonifică pielea. Rozmarinul are, de asemenea, proprietăți purifica-

toare și este folosit de societățile tradiționale pentru curățarea cu fum a locurilor negative și lipsite de armonie, precum saloanele de spital.

Așadar, acum aveți o idee despre proprietățile plantei, și totul a pornit de la sentimentul că mirosul său este stimulator și dă vigoare. Cercetarea arată că percepțiile dumneavoastră emoționale erau corecte, așa că decideți să țineți dietă cu ea.

Împrieteniți-vă cu planta

Pentru început, petreceți ceva timp împreună cu planta. Priviți-o, observîndu-i forma și culorile, atingeți cu mîna frunzele ei, simțiți catifelarea fiecărei frunze, dar și ascuțișul — ca un ac gata să injecteze calitățile sale dătătoare de sănătate. Inhalați-i parfumul, vizualizîndu-i calitățile purificatoare și stimulatoare intrîndu-vă în trup. Luați o frunză și gustați-o. Fiți jucăuș și invitați planta să vă devină prieten și învățător.

Culegeți planta

Înainte de a culege orice parte a plantei, acordați-vă din nou la ea și ea vă va spune cel mai bun moment pentru a o culege. Culesul pe timp de noapte tinde să infuzeze planta cu o energie mai blîndă, mai „feminină“, lunară, de exemplu, pe cînd culegerea la amiază înseamnă energie puternică, „masculină“, solară. Pe același principiu, culegerea la începutul sezonului vă va da o energie subtilă, „adolescentină“, care nu este complet dezvoltată (dar care poate fi exact ceea ce doriți), în timp ce culegerea către sfîrșitul sezonului — către „bătrînețea“ ei — înseamnă o plantă plină de înțelepciune, dar a cărei energie a început să se întoarcă în sol odată cu începerea hibernării. Cu alte cuvinte, cunoașterea sa va fi puternică, deși puterea îi poate fi slăbită. În mijlocul sezonului, planta va fi intrat în înțelepciune, și va avea cea mai mare putere. În funcție de nevoile dumneavoastră, ea vă va revela momentul optim pentru culegere. (Dacă doriți, puteți găsi o sursă de referință precum o enciclopedie a plantelor, care vă va da o parte din aceste informații, dar nu vă va spune prea multe despre spiritul plantei.)

Frunzele de rozmarin, de exemplu, pot fi culese cînd sînt pe deplin dezvoltate, dar înaintea apariției florilor, deoarece așa reținem cel mai bine puterea plantei și ingredientele active din celulele frunzei și tulpinii.

După ce ați cules ceea ce aveți nevoie, uscați frunzele în curent de aer, apoi dizolvați-le într-un container ermetic din sticlă. Odată uscate frunzele, ingredientele active vor fi mai ușor eliberate în apă sau alcool.

Prepararea plantei

Există mai multe moduri de a prepara o plantă, după cum am văzut. Cel mai simplu este să facem o infuzie, adică un ceai simplu, prin punerea frunzelor pentru 10 minute în apă clocotită. Ca reper, folosiți circa 30 grame de plantă uscată la două căni de apă fiartă, obținînd trei doze de infuzie din plantă. Creșteți proporțiile dacă doriți să faceți o cantitate care să vă ajungă mai multe zile.

O altă metodă este de a face un macerado sau o tinctură. Aici macerați frunzele și tulpinile în alcool. (Probabil că vodca este cea mai bună pentru asta, întrucît e pură și conține puține alte gusturi și arome, dar și romul poate fi folosit). Puneți frunzele și tulpinile într-un vas curat de sticlă pînă la două treimi din volum, apoi umpleți cu alcool și acoperiți. Lăsați vasul cîteva săptămîni într-un loc răcoros și întunecat, agitîndu-l la fiecare două zile. Avantajul acestei metode este că amestecul va dura multe luni și deci planta este întotdeauna disponibilă pentru dietă.

Indiferent ce alegere faceți, amintiți-vă că intenția dumneavoastră este întotdeauna cel mai important ingredient, așa că păstrați în minte motivele pentru care țineți dieta, pe durata fiecărui stadiu de preparare. În acest mod, ieșiți în întîmpinarea spiritului plantei și îi comunicați nevoile dumneavoastră.

Respectați dieta

În fiecare dimineață înainte de micul dejun, luați o jumătate de cană de infuzie sau, după caz, trei linguriițe de macerado. La fel și seara. Faceți-vă timp cît mai mult pentru a vă relaxa în aceste momente și, nederanjați, acordați-vă la plantă.

După circa o săptămînă, probabil că veți începe să vă dați seama că viața dumneavoastră începe să aibă unele dintre calitățile plantei. În exemplul nostru, deoarece rozmarinul stimulează, s-ar putea să găsiți că se întîmplă mai multe în jur sau că aveți mai multă energie.

Puteți, de asemenea, să aveți vise mai profunde și mai pline de înțeles. Sau poate spiritul plantei ar putea să vă apară în vise, fie sub forma unei

persoane, fie ca un eveniment ce deține o emoție — sau personalitate — care are legătură cu caracteristicile plantei. Aceste lucruri se pot întîmpla și în timpul meditației și al călătoriilor șamanice.

Țineți dieta vreme de trei luni și, în acest timp, aduceți planta proaspătă în casă, puneți frunze sub pernă, pictați sau desenați planta. Pe măsură ce mențineți practica, va veni un moment cînd sesizați că planta vine în mod activ spre dumneavoastră. În acest moment veți ști că planta vă este aliată și că ușa vă e deschisă pentru a-i învăța căile, modul în care vă ajută și cum vă poate ghida în profunzime călătoria în lumea plantelor.

Călătoriți către spiritul plantei

Cînd simțiți că a sosit momentul și că legătura dintre voi e puternică, începeți călătoria spre spiritul plantei (vezi Capitolul 1), ca să puteți să-l vedeți în orice formă non-corporală ar avea. Cereți-i să vă arate mai mult din sine și din marele spirit al naturii, din care și ea este o parte.

3

PLANTE VIZIONARE: HALUCINOGENELE SACRE

> Ayahuasca este o scurtătură. Este ca și cum am fi călătorit pe aceeași autostradă ca și restul umanității, dar, pentru a ajunge mai repede la destinație, am luat o cale lăturalnică… o scurtătură care ne conduce spre adevăr.
>
> ALEX POLARI DE ALVERGA

Respectul pe care indigenii îl au pentru lumea naturală răsare din înțelegerea lor că natura nu este doar fizică, ci încorporează realități spirituale. Noi, în cultura vestică, am pierdut o parte din această fascinație în fața naturii, dar nu a trecut prea mult timp de cînd împărtășeam aceeași venerație ca și indigenii în fața marii și misterioasei lumi din care facem parte. Cînd Walt Whitman a scris următoarele cuvinte din „Cîntecul Apusului", poezie publicată în 1900, el exprima bucuria pe care o simte orice șaman (sau orice om) care știe că pășește cu spirit cînd se mișcă prin pădure.

Cît de mult am pierdut în o sută de ani.
Cum trec norii, tăcuți deasupra capului!
Cum se mișcă Pămîntul, iar și iar! Și cum
Soarele, Luna, stelele, se mișcă iar și iar!
Cum aleargă și cîntă apa! (Sigur e însuflețită!)
Cum cresc copacii în picioare — cu trunchiuri puternice, cu ramuri și frunze!
(Cu siguranță e ceva mai mult în fiecare copac — ceva suflet viu)
O, uimire a lucrurilor! Chiar și cea din urmă părticică!
O, spiritualitate a lucrurilor!

Toți copiii cunosc acest sentiment.

Una dintre modalitățile tradiționale ale șamanilor plantelor de a-și rafina legătura cu această lume vie și plină de spirit și de a-i permite să comunice cu și prin el a fost folosirea plantelor-învățător, a plantelor vizionare, fiecare dintre ele fiind un *maestro* al spiritului sau un maestru al conștiinței de sine stătător. Acesta este universul halucinogenelor sacre.

Pentru un vestic, termenul „halucinogen" poate însemna doar că aceste plante „produc halucinații". Este o perspectivă comună, dar rudimentară, asupra potențialului lor, cît și asupra a ceea ce sînt, de fapt, halucinațiile — și, implicit, realitatea.

În viziunea șamanilor, noi visăm (sau halucinăm) cu toții, tot timpul. Orașele noastre moderne și stilul nostru de viață sînt vise ale Vestului, personificînd un mit despre cum este sau cum ar trebui să fie lumea. Fundamental, visul vestic este unul de separare, de deconectare de la fluxul lucrurilor, în care competiția, conflictul și provocarea sînt normă. Faptul că lucrurile nu trebuie să fie astfel și că am putea crea o lume diferită, bazată pe principii mai bogate, mai cuprinzătoare, mai eliberatoare (sau oricum altfel) — dar nu o facem — le sugerează șamanilor o experiență halucinatorie în masă, de sine stătătoare. Sîntem atît de implicați în vis, încît nu vedem nici o alternativă la el.

Halucinogenele sacre sînt mijloace de a rupe această transă a visului social și de a intra în universul expansiv, eliberator, bogat în informații, plin de posibilități infinite pentru alte realități și alt viitor posibil. Plantele nu ne duc undeva, departe de noi înșine, într-un cadru neutru dezechilibrat, după cum ne avertizează doctorii și politicienii, ci ne duc mai adînc în interiorul nostru și al potențialului nostru, ne duc într-un loc în care putem să aflăm un mai mare echilibru printr-o conștientizare de sine autentică.

Halucinațiile sacre sînt mesaje de la spirit. Ele nu livrează imagini fără sens ale unor lucruri care nu există, cum am putea crede despre o halucinație, ci oferă experiența unei „halucinații adevărate", ca să folosim un termen de la Terrence McKenna, din care vedem, prin cețurile societății, în propriile noastre posibilități și în spiritul nostru.

Puterea plantelor vizionare cere ca ele să fie întotdeauna luate în cadrul unui ritual, care conduce la apariția zeilor, și cu o intenție sau scop în minte, de auto-înțelegere și legătură plină de sens cu o realitate mai vastă decît cea umană. Cadrul și intenția contribuie, de asemenea, la efectul lor.

Cuvîntul „halucinație" poate implica o experiență predominant vizuală, dar pentru șaman este mai mult decît atît. Bineînțeles că pot apărea viziuni,

dar plantele-învățător mai aduc cu ele o experiență intensă a extazului și a unității cu lumea, revelații profunde și pline de înțeles, scoțîndu-ne la lumină sentimentele și gîndurile ascunse, prin care eurile noastre își slăbesc strînsoarea și noi putem să ne unim cu un cîmp mai mare de conștiință creativă. Aceste realizări, iar nu imaginile, sînt vizionare. Halucinogenul, ca experiență totală, oferă o intrare în tărîmurile ascunse ale conștiinței umane și în inteligența spirituală a unei plante vii.

EVOLUȚIA SACRĂ: HALUCINOGENE ÎN CONȘTIINȚA UMANĂ

Creierul uman împărtășește o afinitate cu halucinogenele. Chimia noastră neuronală conține unele dintre cele mai puternice substanțe psihotrope din lume — de exemplu, triptaminele și serotonina în forme identice cu cele găsite în multe plante-învățător. Să putem intra în stări de conștiință extinsă sau în stări profunde de transă aproape după bunul plac este o parte a alcătuirii noastre, a planului nostru biologic, nu este un accident al evoluției.

McKenna argumentează că această capacitate pe care o avem pentru stări de conștiință extinsă și gîndire profundă a venit direct de la ingerarea unor plante precum muscărița sau ciupercile psilocybe în vremuri îndepărtate, cînd oamenii erau vînători-culegători nomazi, aproape neoameni, care căutau hrană și mîncau tot ce găseau. Cu siguranță este adevărat că, acum un milion și jumătate de ani, creierul uman a trecut prin ceea ce Rita Carter, în cartea sa *Mapping the Mind*, descrie ca fiind „o extindere explozivă".

> A fost atît de bruscă, încît oasele craniului au fost împinse spre exterior, creînd fruntea înaltă și plată, și forma de dom a capului, care ne deosebește de primate. Ariile care s-au extins cel mai mult sînt cele care au de-a face cu gîndirea, planificarea, organizarea și comunicarea…
>
> Lobii frontali ai creierului s-au extins în mare cu 40 de procente pentru a crea arii mari de materie cenușie nouă: neocortexul. Această creștere a fost mai dramatică chiar în față, la ceea ce numim lobii prefrontali. Aceștia pur și simplu ies din fața creierului, iar dezvoltarea lor a împins fruntea și partea frontală a capului înainte, dîndu-i forma unui craniu modern.

Nimeni nu știe ce a cauzat această dramatică și bruscă expansiune a creierului, care ne-a separat de celelalte animale și a creat prototipul omului

modern. Dar o expansiune bruscă a conștiinței ar putea să facă așa ceva — deoarece am avea nevoie de o nouă materie cenușie ca să putem procesa și stoca informațiile vizionare „descărcate“ de la plante.

Dacă e așa, atunci de cel puțin un milion și jumătate de ani am fost „cablați“ la sacralitate, deși mulți o neagă în zilele noastre. Într-adevăr, sîntem atît de înfometați de experiență numinoasă și de libertatea de a folosi mințile în această lume privată de halucinații adevărate, încît se îngroașă rîndurile consumatorilor de alcool și de droguri, care sînt singurele mijloace disponibile pentru intrarea într-un simț alternativ al realității. Din nefericire, multe dintre aceste alternative sînt generatoare de dependență și ucigătoare, spre deosebire de halucinogenele sacre; astfel, prin a le lua, înăbușim obiectul căutării. Noi am căzut din grația comunicării cu mintea planetară, și încercăm fără succes să ne reconectăm.

ȘARPELE COSMIC ȘI LIANA SUFLETELOR

Unul dintre cele mai puternice și mai bine cunoscute halucinogene sacre este ayahuasca, a cărei folosire subliniază sanctitatea naturii pentru șamanii care o prepară și o ingerează.

În cartea sa, *The Cosmic Serpent*, Jeremy Narby scrie despre experiențele sale cu populația *ashaninca* din Amazonul superior, trăgînd concluzia că șamanii ayahuasca de acolo își lucrează magia prin comunicare directă cu ADN-ul, care e piatra de temelie a întregii vieți de pe planetă. Prin ayahuasca, ei trec dincolo de conexiunea cu spiritul naturii, pentru a ajunge la materia din care sînt făcute natura și toate lucrurile, unindu-se cu „rețeaua globală a vieții bazate pe ADN“.

Cînd a luat parte la ceremoniile cu ayahuasca, Narby a experimentat viziuni cu doi boa gigantici, ce i-au vorbit fără cuvinte. Aceasta i-a aprins interesul și el a început să cerceteze consistența imagisticii șamanice. Prima similaritate pe care a observat-o a fost faptul că imaginile reptilelor și ale șerpilor — deseori ale unui „șarpe celest“ — apar în multe tradiții șamanice ale lumii.

Mitologul Joseph Campbell a observat și el aceasta, scriind că „oriunde natura este respectată ca auto-mișcătoare și inerent divină, șarpele este respectat ca simbol al divinității vieții ei“.

Similitudinile dintre ADN, liana ayahuasca în sine și imaginile cu șerpi ale experiențelor șamanice l-au făcut pe Narby să sugereze că șamanii, prin ceremoniile și călătoriile lor, sînt capabili să comunice direct cu informația stocată în ADN. Apoi, el a început să studieze caracteristicile ADN-ului și a găsit că emite unde electromagnetice corespunzătoare benzii înguste a luminii vizibile. Lumina slabă este echivalentă cu intensitatea unei lumînări văzute de la o distanță de 10 km, dar are un grad surprinzător de mare de coerență — comparabil cu al unui laser. Este fascinantă speculația cum că aceasta ar fi forma-undă a conștiinței înseși și că plantele precum ayahuasca sînt mijloacele de-a o face vizibilă.

FRÎNGHIA DE PE LUNĂ

Ayahuasca este leacul junglei Amazonului superior. Făcută din liana *ayahuasca* (*banisteriopsis caapi*) și din frunzele plantei *chacruna* (*psychotria viridis*), ea este un amestec puternic ce deschide persoana care o bea către experimentarea unei lumi energetice ascunse sub lumea noastră.

Numele său sugerează aceste proprietăți, fiind derivat din două cuvinte quechua: *aya* — însemnînd „spirit“, „strămoș“ sau „persoană decedată“, și *huasca* — însemnînd „liană“ sau „funie“. Deci cuvîntul ayahuasca se traduce ca „liana celor morți“ sau „vița sufletelor“ — ceea ce implică o modalitate de comunicare cu spiritele Universului.

Ambele plante sînt culese din junglă într-o manieră rituală, ce implică dietă și pregătire spirituală și se spune că șamanul poate găsi multe surse de liană ascultînd „bătaia de tobă“ sau vibrația care emană din ea. Amestecul este preparat prin tăierea vițelor la lungimi ce se pretează gătirii, frecîndu-le și curățîndu-le, bătîndu-le pînă devin o pulpă și adăugînd frunzele de chacruna. Combinația este apoi fiartă și scăzută circa 12 ore, pînă cînd devine un lichid gros și maroniu. Cînd este băută, produce o experiență vizionară ce durează pînă la patru ore.

Este un mister cum șamanii au învățat să combine două plante pentru a obține această compoziție, deoarece, fără a fi combinate, fiecare dintre ele este mai mult sau mai puțin inertă. În termeni științifici, chacruna conține alcaloizi ce induc viziuni, iar liana este un inhibitor. Amestecarea lor dă ayahuascăi proprietățile sale unice.

Ingredientele psihotrope principale ale chacrunei sînt triptaminele care, dacă sînt luate oral doar ele, vor fi de îndată neutralizate de enzimele corpului. Dar liana ayahuasca are în compoziție inhibitori monoamina oxidaza

(MAO), astfel încît, cînd cele două plante sînt împreună, ele se potențează. Compusul psihoactiv rezultant are o compoziție chimică identică cu aceea a triptaminelor proprii corpurilor noastre. Astfel, amestecul poate să-și facă drum cu ușurință în creierul nostru, unde se atașează lin în locațiile receptorilor sinaptici, permițînd o eliberare lentă a triptaminelor în trup și o experiență vizionară puternică.

Și, totuși, liana și planta chacruna nu cresc niciodată aproape una de cealaltă. Deci, cum au știut șamanii că trebuie să le combine, și cum pot să le găsească?

Simplu. Conform populației shipibo, plantele însele le-au dat răspunsul. Următoarea legendă ne spune cum:

> A fost odată o tînără care era interesată de plante și căreia îi plăcea să le culeagă frunzele. Ea le zdrobea într-un vas și le lăsa peste noapte în apă. Apoi, în fiecare dimineață înaintea răsăritului, făcea baie în ele, știind că modul de a afla mai multe despre plante și efectele lor era prin a fi cu ele.
>
> Într-o noapte a visat că o bătrînă a venit la ea și a întrebat-o: „De ce faci baie în frunzele acestea în fiecare zi?“ Femeia și-a recunoscut vizitatoarea ca fiind spiritul frunzelor. „Fac asta pentru că vreau ca tu să mă înveți“, a spus ea. Atunci bătrîna i-a zis: „Trebuie să-l cauți pe unchiul meu. Numele lui este Kamarampi. Îți voi arăta unde să-l găsești.“*
>
> Femeia cea tînără a mers la unchi și el i-a arătat tufișul din care să culeagă frunzele de chacruna, în care se îmbăiase ea. Apoi, i-a arătat și unde să găsească ayahuasca, iubita lui chacruna, și cum să pregătească o nuntă pentru cele două plante. El a învățat-o să spună oamenilor cum să sărbătorească această nuntă și cum să folosească băutura.

O altă legendă, relatată de șamanul amazonian Javier Arevalo, este cea care spune că primii șamani au băut ayahuasca fără chacruna, dar ayahuasca le-a arătat că lipsea iubitul său — adică frunzele.

> Ayahuasca a spus că chacruna e doctorul care dă viziunile și că era nevoie să fie adăugat. Străbunicul meu era printre acești primi

---

* Cuvîntul shipibo *kamarampi* înseamnă „leac purgativ“.

șamani și a răspuns: „Dar cum vom găsi această plantă?“ Ayahuasca i-a spus: „O veți găsi după două cotituri.“ Așa că ei au mers în junglă și, după două cotituri, au întîlnit o femeie care i-a chemat. Femeia i-a condus la un tufiș care era chacruna.

O parte a misterului acestor legende ale junglei este: de ce ayahuasca vrea atît de mult ca șamanii să găsească chacruna și să-i adauge frunzele la amestec? Răspunsul ne este oferit de o altă poveste shipibo, despre „Omul din Lună“:

Cu multe generații în urmă, strămoșii noștri se cățărau pe marea frînghie în sus, în tărîmul unde trăiau spiritele animalelor și ale pădurii. Strămoșii noștri și spiritele trăiau în ambele lumi în același timp. Nu era nici o separare.

Acești strămoși se vizitau și vorbeau cu plantele și animalele, și ele își împărtășeau cunoașterea plantelor de folosit pentru vindecare sau a cîntecelor de cîntat pentru animalele pe care le vînam. Și am învățat că sîntem una cu toată viața. Strămoșii noștri trăiau în acest fel, în pace și armonie, pînă într-o zi, cînd Omul din Lună a venit și a tăiat marea frînghie către lumea spiritelor, iar noi am pierdut drumul spre acel loc. A fost o pierdere teribilă pentru oamenii noștri, și ei erau foarte triști.

Dar apoi, strămoșii și-au amintit o cale înapoi spre lumea aceea: liana ayahuasca, iar ea a devenit frînghia pe care ne urcăm pînă în tărîmul spiritului.

În tradiția shipibo, Omul din Lună este asociat cu mintea analitică și, deci, e „gîndirea rațională“, cea care ne-a tăiat conexiunea sacră cu mintea cosmică a tărîmului spiritului. Prin urmare, legenda vorbește despre nevoia umanității de a se reuni cu conștiința Universului, folosind frînghia (ayahusca) pentru a ne cățăra înapoi la unitatea pe care, cîndva, am cunoscut-o. Doar atunci vom putea re-încînta lumea prin imaginație și inspirație.

EXPERIENȚA AYAHUASCA

Știința vestică a descoperit mecanismul inhibitorilor MAO (IMAO) în anii ‘50. Dar, prin ascultarea plantelor, șamanii au știut despre ei cu secole

înainte și, ca să-l citățm pe Terrence McKenna, „au exploatat strălucit aceste realități în căutarea de tehnici de accesare a dimensiunilor magice“.

Bineînțeles că șamanii nu au descris procesul IMAO în substanțe chimice și sinapse, ci în termeni spirituali, iar cunoașterea lor s-a exprimat prin mit, nu prin știință. Auzind înțelepciunea plantelor și acționînd la chemarea spiritelor lor, șamanii au știut totuși răspunsurile la unele dintre cele mai mari mistere ale creierului și ale Universului cu sute sau chiar mii de ani înainte ca știința să știe măcar ce întrebări să pună.

Profesorul Richard Evans Schultes de la Harvard, privit ca părintele etnobotanicii moderne, a remarcat despre vechimea experienței ayahuasca:

> Există un intoxicant magic în nord-vestul extrem al Americii de Sud, care poate elibera sufletul din închisoarea trupului, lăsîndu-l să hoinărească liber și să se întoarcă în trup cînd dorește.
>
> Sufletul, astfel despovărat, își eliberează proprietarul de viața obișnuită și îl introduce în tărîmurile minunate ale ceea ce el consideră realitate, permițîndu-i să comunice cu strămoșii săi...
>
> Plantele implicate sînt cu adevărat plante ale zeilor, pentru că puterile lor sînt date de forțele supranaturale ce rezidă în țesuturile lor și ele au fost darurile divine date primilor indieni de pe Pămînt. Băutura folosită pentru profeție, divinație, vrăjitorie și vindecare este atît de adînc înrădăcinată în mitologia și filosofia nativilor, încît nu poate fi nici un dubiu asupra vechimii sale ca parte a vieții aborigene.

Una din experiențele obișnuite cu ayahuasca, după cum a descoperit Narby, este începerea viziunilor cu o serie inițială de imagini ce se mișcă rapid, caleidoscopice sau geometrice, măști în culori vii, șerpi, fețe ce își schimbă forma, și chiar personaje de desene animate. Deși ele pot fi distractive, fascinante și bogate în informații, sînt doar începutul procesului, prologul adevăratei întîlniri vizionare.

Experiența noastră ne sugerează că, în timpul acestui stadiu încărcat de imagini, ayahuasca lucrează pentru a remodela creierul și a schimba conștiința, astfel încît cei care o beau să poată intra în dialog cu inteligența sa spirituală mai profundă.

Odată dincolo de imagini, e posibilă comunicarea directă cu Spiritul ayahuascăi și, în acest moment, este relevată adevărata informație. De exemplu, în acest moment, ayahuasca va spune șamanului vindecător ce problemă are pacientul, ce leacuri să prescrie sau care spirit a cauzat boala

ori starea de rău. Acesta este momentul în care vocea ayahuascăi va și cînta despre inteligența profundă care îmbibă Universul și din care se revarsă darurile înțelegerii și conștiinței de sine.

„Ayahuasca vrea să înțelegi", spune Javier, „așa că îți deschide uși către alte dimensiuni. Deseori mintea poate fi oprită de la accesarea cunoașterii interioare, dar ayahuasca deschide mintea către lucruri abstracte, care nu pot fi văzute în lumea materială. Dacă n-aș fi avut experiența (ayahuasca), de exemplu, nu aș fi în stare să cred că un copac își are propria sa lume și propriul său spirit. Dar cînd vezi astfel de dimensiuni cu ochii tăi, puțin cîte puțin începi să accepți misterul acesta total".

Unor asemenea idei le aduce ecou maestrul șaman Guillermo Arevalo, unul dintre cei mai puternici și mai respectați bătrîni ai tradiției ayahuasca, ce ne explică modul în care amestecul poate ajuta și vindeca:

> Ayahuasca organizează emoțiile și calmează nervii. Folosind-o, mulți oameni deprimați pot să-și găsească propriile lor soluții și să-și recapete respectul de sine. Ei își descoperă laturile spirituale.
>
> Oamenii nu sînt echilibrați, deoarece nu cunosc această parte a lor. Mulți cred că faptul că sînt ființe umane le permite să trăiască oricum doresc, dar, de fapt, ei nu sînt complet umani dacă cred așa, deoarece și-au recunoscut doar latura fizică și și-au ignorat complet spiritul. Pentru ei e foarte dificil să se scuture de mentalitatea rațională care crede doar în lumea fizică, deoarece cultura și educația noastră ne separă de realitate și ne spun că progresul are de-a face doar cu știința și rațiunea. Este valabil chiar și pentru religiile noastre, care se presupune că ne învață despre Dumnezeu, dar, de fapt, ne îndepărtează de El.
>
> De exemplu, eu am descoperit ayahuasca atunci cînd am mers în Brazilia să studiez la școala sanitară vreme de șapte ani. Am găsit că în Brazilia țăranii folosesc mai mult plante decît medicamente din farmacie și că erau femei care vindecau folosind rugăciuni și *yaje* (alt nume pentru ayahuasca). Am fost interesat de aceasta și, cînd m-am întors în Peru, am vrut să-i învăț pe oamenii mei, dar am descoperit că anumite religii sînt contra folosirii leacurilor naturale și a șamanismului. M-am gîndit: „Nu se poate! Aceste plante vindecă! Oare Dumnezeu nu vrea ca oamenii să se facă bine?" Așa că m-am hotărît să le arăt oamenilor valoarea vechilor căi.

Cînd bem ayahuasca, evoluăm și cîștigăm putere și luciditate. Apoi, putem crea acțiuni care iau formă în lume și care schimbă viitorul, dar și trecutul. Dacă, de exemplu, există o traumă în trecut, ea poate ieși la iveală prin ayahuasca și poate fi vindecată. Pentru aceasta există ayahuasca.

PREPARAREA LEACULUI

În lumea șamanului, toate plantele au cîte un spirit care este, în esență, angelic. Dar ele pot, de asemenea, să aibă emoții umane precum gelozia, dorința de răzbunare, mînia.

Se spune că spiritul ayahuascăi este foarte gelos și, dacă regulile sale de preparare nu sînt respectate, atunci el poate să se supere.

De aceea, în timpul preparării, șamanul trebuie să o supravegheze permanent, pentru a nu da voie spiritelor rele să intre în ea. De asemenea, și focul trebuie întreținut și îngrijit periodic pe durata celor 12 ore de preparare, iar șamanul trebuie să urmeze o dietă specială în acest timp (vezi Capitolul 2). Se subliniază, de asemenea, și abstinența sexuală. Dar cel mai important lucru, ca în toate lucrările magice, este concentrarea și intenția șamanului, care tot timpul trebuie să-și direcționeze energia vindecătoare către amestec.

Aceasta mai înseamnă și că nu oricine are voie să stea acolo să privească procesul de preparare, deoarece calitatea morală sau spirituală a fiecărei persoane prezente, precum și aderarea lor la dietă (sau neaderarea) pot avea influență. Pacientul șamanului n-ar trebui să privească procesul de preparare, și nici femeile aflate la menstruație, deoarece ar putea lăsa energii nepotrivite în ayahuasca.

Problema menstruației apare în multe tradiții spirituale diferite, inclusiv în cele creștine. Antropologilor le este greu să explice acest tabu. O posibilă explicație ar fi aceea că mesagerii invizibili ai trupului, feromonii, pot influența starea vizionară. În multe tradiții se spune că o femeie aflată în perioada sa „lunară" îndepărtează viziunea șamanului și la fel se spune că se întîmplă și în ceremoniile ayahuasca, unde schimbările hormonale și efectele subtile ale aromei unei femei la menstruație ar aduce atingere transei celor din jurul ei. În experiența noastră, o femeie care este la menstruație este, de asemenea, mai neliniștită în timpul ceremoniilor și uneori îi poate deranja pe alți participanți. E posibil ca de aceea strămoșii noștri să fi instituit această restricție. Cu siguranță că acest tabu nu ține de discriminare sexuală, iar femeile Amazoniei au singure grijă de problemă. Ele niciodată nu ar

gîndi măcar să intre în spațiul ceremonial cînd se află la ciclu; nici femeile șaman nu prepară ayahuasca în această perioadă a lunii.

CÎNTECUL ȘAMANULUI

În timpul preparării rituale a ayahuascăi (și, bineînțeles, în timpul ingerării sale ceremoniale), șamanii cîntă deseori cîntece sacre, cunoscute sub denumirea *icaros*. Sînt cînturi magice sau melodii pe care le fluieră, cîntă sau șoptesc spre amestec. Ei le mai cîntă și direct în cîmpul energetic al persoanei ce trebuie vindecată în ceremonie.

Un icaro poate fi privit ca o forță energetică încărcată cu intenție pozitivă sau vindecătoare, pe care șamanul o stochează în trupul său și o transmite altei persoane sau ayahuascăi, astfel încît energia pozitivă să fie ingerată odată cu mixtura.

Cîntecele îi sînt transmise șamanului de către spiritele plantelor-aliate cu care el are afinități, și cu cît relația dintre șaman și plantă este de mai lungă durată, cu atît mai multe icaros știe el și cu atît mai puternice sînt cîntecele. De aceea, puterea și cunoașterea unui *ayahuascero* (șaman ayahuasca) este parțial măsurată prin numărul de icaros pe care le știe. Javier, de exemplu, a lucrat cu multe plante vreme de 15 ani și acum cunoaște cîntecele spiritelor a circa 1500 de „doctori ai junglei“, inclusiv *icaro del tabaco* (cîntecul tutunului — una dintre cele mai sacre plante Amazoniene), *icaro del ajo sacha*, *icaro del chiric sanango*, printre multe altele.

Există icaros precise și specifice pentru multe scopuri diferite — pentru vindecarea mușcăturilor de șarpe, de exemplu, sau pentru clarificarea viziunii din timpul ceremoniilor ayahuasca, pentru comunicarea cu lumea spiritelor sau pentru a cîștiga dragostea unei femei. *Huarmi icaros* — de la cuvîntul quechua „huarmi“ (care se traduce prin „femeie“) — sînt din această ultimă categorie enumerată mai sus. Există icaros numite *icaros de la piedra*, care sînt date șamanului de *encantos* (pietre speciale de vindecare, ce oferă protecție spirituală) și icaros pentru spiritele elementelor, cum e *icaro del viento*, ce se adresează spiritului vîntului.

Alte icaros, ca *ayaruna* — din cuvintele quechua *aya* („spirit“ sau „mort“) și *runa* („oameni“) — sînt cîntate pentru a invoca „oamenii spirit“ (adică sufletele șamanilor decedați care trăiesc în lumea de sub ape), pentru a ajuta în timpul unei vindecări sau ceremonii ayahuasca.

Icaros pot fi transmise de la un maestru șaman către discipolul său, dar, ca întotdeauna, natura este privită drept cel mai mare învățător; cele mai

puternice cîntece sînt cele învățate de la plante. Pentru a le învăța, șamanul trebuie să postească sau să urmeze dieta vreme de multe săptămîni, timp în care caută în adîncul junglei plantele potrivite și locurile unde poate fi auzită muzica magică a naturii.

Cîteva versuri din *icaro madre naturaleza* (cîntecul Mamei Natură), intonat de Javier Arevalo, demonstrează legătura profundă dintre șaman și lumea naturală:

Nu mă lăsa, nu mă lăsa,
Mamă a mea Natură.
Nu mă lăsa, nu mă lăsa,
Mamă a mea Natură.
Căci dacă mă vei părăsi
Voi muri de durere,
Lacrimi de disperare,
Mamă Natură.
Da, tu ai darul
Purificării sacre în mîinile tale,
Binecuvîntată Mamă Natură,
Nu mă lăsa, nu mă părăsi.
Mamă Natură,
Nu mă lăsa, nu mă lăsa,
Mamă Natură,
Căci dacă mă vei părăsi,
Voi muri de durere.
Lacrimi de disperare.
Vălul tău alb
Precum cel ce acoperă copilul
Curăță trupul și spiritul meu
Cu suflarea buzelor tale
Mult dragă, miraculoasă, Mamă.

CACTUSUL VIZIONAR

În același timp, în tradițiile șamanice din Peru de Nord, nu ayahuasca, ci cactusul San Pedro (*trichocereus pachanoi*) sau cactusul vizionar este cel care deschide calea spre conștiința lărgită și e mediator între om și zei. San Pedro crește pe versanții uscați de Est ai Anzilor, la altitudini între 2000 și 3000 de metri deasupra nivelului mării și, în mod obișnuit, ajunge la

înălțimea de 6 metri sau mai mult. El este, de asemenea, crescut în grădinile lor de ierburi de către șamanii locali și se folosește încă din Antichitate, cu o tradiție neîntreruptă în Peru de cel puțin trei mii de ani. Cea mai veche reprezentare a sa e o sculptură datînd din 1300 î.Hr., ce înfățișează o ființă mitologică ținînd un San Pedro. Sculptura provine din cultura *chavin* (cca. 1400-400 î.Hr.) și a fost găsită într-un templu din Chavin de Huantar, în nordul înalt al Perului. Cultura de mai tîrziu, *mochica* (cca. 500 d.Hr.), reprezintă de asemenea cactusul în iconografia sa, sugerînd o folosire continuă în această perioadă.

Chiar și în mitologia creștinizată a prezentului din această zonă, există o legendă conform căreia Dumnezeu a ascuns cheile Raiului într-un loc secret, iar San Pedro (Sfîntul Petru) a folosit puterea magică a unui cactus ca să găsească locul, pentru ca oamenii lumii să poată intra în Paradis. Cactusul a fost numit după el, din respect pentru intervenția sa prometeică pentru muritori.

După cum putem să ne imaginăm, misionarii europeni de început tratau de sus practicile nativilor și erau foarte negativiști cînd raportau folosirea cactusului San Pedro. Un conchistador din secolul al XVI-lea îl descrie ca pe o plantă prin care nativii pot „să vorbească cu diavolul, ce le răspunde în anumite pietre și în alte lucruri pe care ei le venerează“.

După cum puteți să vă imaginați, descrierea pe care o dă un șaman cactusului este radical diferită. Juan Navarro, un maestro din tradiția San Pedro, explică efectele sale astfel:

> La început produce o stare ca de visare și apoi o mare viziune, o limpezire a tuturor facultăților și un sentiment de liniște. Urmează detașarea, un fel de forță vizuală care include toate simțurile, inclusiv cel de-al șaselea simț, simțul telepatic al transmiterii cuiva peste timp și materie... Ca un fel de ducere a gîndului cuiva într-o dimensiune îndepărtată.

Considerat „maestrul maeștrilor“, San Pedro permite șamanului să deschidă un portal între lumea vizibilă și cea invizibilă pentru oamenii săi. De fapt, în quechua, numele său e *punku* — care înseamnă „ușă“.

UN INTERVIU CU UN MAESTRO SAN PEDRO

Juan Navarro s-a născut în satul andin Somate, din departamentul Piura. El este descendentul unei linii lungi de vindecători care au lucrat nu doar cu San Pedro, ci și cu puterile magice ale lacurilor sacre *Las Huaringas*, care au fost respectate pentru proprietățile lor vindecătoare încă de la începuturile civilizației peruviene.

La vîrsta de 8 ani, Juan a mers în pelerinaj la Las Huaringas și a băut prima dată San Pedro. Acum, trecut fiind de 50 de ani, tot simte nevoia să meargă acolo cam la intervale de o lună, pentru a acumula energia necesară protejării și vindecării oamenilor săi.

Sesiunile de vindecare cu San Pedro implică o serie complexă de procese, incluzînd invocația, diagnoza, divinația și vindecarea cu obiecte naturale de putere, numite *artes*, ce sînt păstrate în timpul ceremoniei într-un aranjament complicat și precis pe altarul (sau *mesa*) maestro-ului. (Vezi fotografia altarului lui Juan Navarro în secțiunea foto.)

Artes pot fi scoici, săbii, magneți, cristale de cuarț, obiecte care seamănă cu organele sexuale, pietre care produc scîntei dacă sînt lovite și pietre scoase din stomacul unor animale care le-au înghițit pentru a-și ajuta digestia. Artes aduc calități magice în ceremonia în care, sub influența vizionară a lui San Pedro, puterile lor invizibile pot fi văzute și simțite.

Mesa maestro-ului, pe care stau aceste artes, este o reprezentare a forțelor naturii și ale Cosmosului. Prin mesa, șamanul e capabil să influențeze forțele și să lucreze cu ele pentru a diagnostica și vindeca bolile.

Ce se întîmplă în timpul unei ceremonii San Pedro?

JN: Puterea lui San Pedro lucrează în combinație cu tutunul (vezi mai jos). Lacurile sfinte Las Huaringas sînt și ele foarte importante. Acolo mergem să găsim cele mai puternice ierburi vindecătoare, pe care le folosim ca să-i energizăm pe oameni.

Mai folosim și *dominio* (legarea intenției cu puterea plantelor) pentru a da putere și protecție împotriva forțelor supranaturale ale vrăjitoriei și gîndurilor negative. Acest dominio se pune și în *seguros*-urile* pe care le facem pentru pacienți. Dominio este introdus în sticlă prin respirație. Dacă păstrezi aceste seguros în casă, îți va merge bine.

---

* Seguro este o sticlă-amuletă, umplută cu parfum, plante și semințe culese de la Las Huaringas.

Cum ajută San Pedro în vindecările pe care le faci?

JN: San Pedro îl ajută pe maestro să vadă care e problema cu pacientul său înainte de începerea vindecării. Cactusul este o plantă-învățător puternică și are taina sa, iar vindecătorul trebuie să fie compatibil cu el. El nu lucrează pentru oricine, dar maestro are o relație specială cu spiritul lui.

Atunci cînd este luat de pacient, circulă în trupul lui și acolo unde găsește anomalii, îl ajută pe șaman să le detecteze. Îl ajută să simtă ce dureri are pacientul și unde sînt ele localizate în trup. Astfel, cactusul e legătura dintre pacient și maestro.

El purifică și sîngele persoanei care îl bea, echilibrîndu-i sistemul nervos, astfel încît aceasta își pierde fricile și este încărcată cu energie pozitivă.

În ceremoniile la care am participat, par să se întîmple multe. Poți să ne explici procesul?

JN: La început, pacienții iau *contrachisa*. Este o plantă (de fapt, coaja cactusului San Pedro), care îi face să vomite, ca să se descotorosească de toxinele fizice și spirituale aflate în sistemul lor. Este o formă de vindecare. De asemenea, astfel se purifică interiorul trupului, făcîndu-se loc pentru San Pedro, și pot veni viziunile.

Ei mai iau și *singado*, un lichid ce conține tutun (macerat în *aguardiente*), pe care îl trag pe nări. Frunzele de tutun sînt ținute două-trei luni în miere și, cînd este nevoie de ele pentru singado, sînt macerate în aguardiente.

Singado acționează în funcție de nara folosită. Luat în nara stîngă, eliberează pacientul de energie negativă, inclusiv boli psihosomatice, dureri corporale sau influența rea a altor oameni. Cînd îl trage pe nas, trebuie să se concentreze asupra situației ce merge rău sau asupra persoanei care îi face rău. Luat în nara dreaptă, reabilitează și energizează, pentru ca toate proiectele pacientului să meargă bine. După asta, poate să scuipe tutunul sau să-l înghită, nu contează.

Singado are și o relație cu San Pedro în interiorul trupului, intensificînd efectele vizionare.

În timpul ceremoniei eu folosesc și o *chungana* (zuruitoare), pentru a invoca spiritele morților, fie rude sau mari șamani, pentru ca și ei să ajute la vindecarea pacientului. Chungana îmi oferă protecție și energie pozitivă și are un efect relaxant cînd pacientul ia San Pedro.

Care este semnificația artes și a Las Huaringas?

JN: Artes pe care le folosesc vin de la Las Huaringas, unde o energie specială este revărsată peste tot, inclusiv peste ierburile vindecătoare ce cresc acolo și numai acolo.

Dacă faci baie în lacuri, bolile se duc. Faci baie cu intenția de a lăsa tot ce e negativ în urmă. Oamenii mai merg acolo și pentru a lăsa în urmă spiritele dușmanilor lor, ca aceștia să nu le mai poată face rău.

După îmbăiere, maestro te curăță cu artes, săbii, bețe, *chontas* (pari de bambus folosiți ca unelte vindecătoare, cu care se atinge sau se bate ușor pacientul pentru a scutura negativitatea) și chiar cu *huacos* (puterea energetică a locurilor sacre însele). Ești înfloritor, fiind stropit cu *agua florida**, și, consumînd miere, viața o să-ți fie dulce.

Nu departe de Las Huaringas se află în loc numit Sondor, unde se află alte lacuri. Aici se practică magia neagră de către *brujos* (vrăjitori), care fac rău în multe feluri. Eu cunosc acestea, deoarece, vindecător fiind, trebuie să știu cum se face vrăjitoria ca să pot să mă apăr pe mine și pe pacienții mei.

Cum am spus, se întîmplă multe într-o vindecare! Cît de important este cactusul San Pedro în acest proces?

JN: Ceea ce îmi permite „să citesc“ un pacient** este puterea lui San Pedro și a tutunului. Percepțiile îmi vin prin oricare dintre simțuri sau conștientizînd ce simte pacientul: o slăbiciune, o durere sau altceva. Uneori, un gust rău în gură, de exemplu, îmi indică faptul că pacientul are probleme cu ficatul.

Bineînțeles, și eu trebuie să iau San Pedro și tutun, ca să mă protejez de boala și negativitatea pacientului, și pentru că ele (plantele) aduc viziuni.

---

* *Agua florida*, cunoscută ca „apă înfloritoare“ în Peru, este o formă de parfum ce conține spirite vindecătoare. În Haiti și în anumite părți ale SUA este numită „apă Florida“.

** În acest context, a citi înseamnă a diagnostica paranormal problemele unui pacient, prin vederea trecutului, prezentului sau viitorului său.

HALUCINOGENELE ÎN VEST

Atît descrierile șamanilor San Pedro, cît și cele ale ayahuasceros despre modurile lor de lucru cu leacurile-plante și aliații care le sînt parteneri spirituali și de vindecare ne arată o perspectivă foarte blîndă, lirică și plină de suflet asupra lumii. Din aceste mărturii începe să se nască o imagine foarte diferită de imaginile pe care le vedem în ziare și în documentarele de televiziune, care ne fac să credem să halucinogenele de oricare fel sînt rele și trebuie interzise.

Povestirile șamanilor ne vorbesc despre „dăruirea de putere“ către pacienții lor, despre deschiderea minților lor spre noi posibilități și libertăți, către o viață de conectare și de simț al divinului. Prin contrast, punctul nostru modern de vedere pare a fi bazat pe frica și respingere față de însăși posibilitatea unei astfel de conectări. Ce poate genera această discrepanță?

Noi nu sîntem primii scriitori care remarcăm o dimensiune politică în toată această situație. De exemplu, comedianul Bill Hicks scrie: „Drogurile care cresc în mod natural pe planetă, care îți deschid ochii și te fac să-ți dai seama că ești batjocorit în fiecare zi a vieții tale, tocmai acestea sînt ilegale! Ca să vezi! Coincidență? Nu prea cred... Acesta nu este un război contra drogurilor, ci un război contra libertății personale.“

Guvernele lumii occidentale doresc să interzică halucinogenele (și, într-adevăr, au făcut asta) și să-i acuze pe cei care le folosesc. Dar, de fapt, ce este controlat aici? Nu drogurile, ci libertățile și mințile noastre. Mesajul ascuns în spatele interdicției este: „Nu vă vom da voie să vă extindeți conștiința dincolo de norma realității prescrise social, nici să vedeți posibilitățile care există pe lume și care nu vin de la noi.“ Este un mesaj insidios. Săpînd mai adînc, ceea ce comunică el este, de fapt: „Nu vă vom da voie să fiți complet umani, să vă folosiți mintea, să experimentați realitatea așa cum este ea. Noi ținem sacrul departe de voi.“

Dar mințile noastre sînt ale noastre! Oare nu avem fiecare dreptul de a le explora după cum dorim?

Halucinogenele sacre, mai mult, nu sînt „droguri“, ci plante și, cu siguranță, există o greșeală în acea logică ce spune că plantele pot fi substanțe ilegale, cînd, în realitate, ele cresc natural, peste tot, cu îmbelșugare, în fiecare țară a lumii. Bill Hicks, din nou: „Să scoți canabisul din legalitate este ca și cum ai spune că Dumnezeu a făcut o greșeală.“ Pămîntul ne dă gratis tuturor. Unde este logica ideii că el ar trebui să fie în proprietatea și sub controlul celor puțini?

Indiferent de modul de abordare, noi, în Occident, avem de-a face cu o situație de creștere a reprimării libertății de a experimenta sacrul în felul în care ne ajută să o facem plante precum ayahuasca sau San Pedro. Ne pierdem legătura cu spiritul lumii din cauza puterii pe care o are guvernul de a ne controla accesul la această legătură. Interdicția nu este pentru siguranța noastră — ca să ne oprească de la a sări de pe acoperișuri din cauza stării euforice —, ci pentru a ne ține încuiați într-un cadru mental materialist. Orice experiență transformativă care ne arată interconectarea tuturor lucrurilor și rolul nostru în conștiința planetară acționează împotriva acestui obiectiv. Dar este evident cît de autodistructiv este obiectivul cînd ne uităm în jur și vedem unde ne-a dus materialismul.

Tot ce îi facem planetei noastre în numele „progresului“ ne facem și nouă înșine. Pe măsură ce pierdem puterea de a visa și visele noastre mor, creăm o lume cu baza în frică și conflict — exact lucrurile pentru care este cunoscut Vestul — foarte îndepărtată de lumea blîndă a șamanului.

EXPERIENȚA SACRULUI

Poate că vă este imposibil să folosiți halucinogenele sacre și ele poate că sînt deja ilegale în țara dumneavoastră, cum e acum ayahuasca în Statele Unite. În acest caz, trebuie să căutăm alte moduri creative de a ne îmbunătăți neurochimia, dacă dorim să experimentăm sacrul prin expansiunea conștiinței.

Cheia aici este că mulți dintre compușii și neurotransmițătorii prezenți în plantele sacre apar în mod natural în creierul uman și pot fi îmbunătățiți prin practici specifice. Dr. John Lilly a descoperit, în timpul experimentelor sale cu capsulele de izolare senzorială și cu stările modificate de conștiință că, atunci cînd mintea este privată de stimulii exteriori, se deschide către un număr de senzații deosebite, cu efecte spirituale. Acestea includ viziuni în stare de veghe, vise lucide și chiar un fel de călătorie în afara trupului.

Astfel, reducerea stimulării exterioare este o cheie a experienței extatice. Pentru primul exercițiu de mai jos, este folositor să vă întindeți și să vă relaxați într-o cameră întunecată și tăcută, avînd la dispoziție circa o oră în care să nu fiți deranjați. Acoperiți-vă ochii și urechile ca să blocați complet lumea de afară.

Visînd Marele Spirit

Intenția șamanului este o chemare, o convocare puternică a cîmpului universal de energie sau conștiință din care cu toții sîntem parte intrinsecă și care generează o mișcare a spiritului către o minte extinsă. Începeți deci prin stabilirea intenției de a întîlni spiritul naturii.

Atît în Amazon, cît și în Haiti, acest spirit este crezut a fi pădurea însăși. Copacii și frunzele — întregul ecosistem, de fapt — sînt fețele lui vizibile.

În Haiti, spiritul are o personalitate și este un aspect al lui Dumnezeu (un Lwa) care poate poseda fizic oamenii în timpul ceremoniilor Vodou și, prin ei, să-i vindece pe ceilalți prezenți. Numele său este Gran Bwa (care se traduce „Pădure Mare“ din limba *kreyol*), el este stăpînul pădurii și domnește asupra celor mai profunde mistere ale vindecării și ale inițierii în lumea spiritului.

Fiecare Lwa are un simbol anume sau o reprezentare iconografică specifică, numită *vever*, ce este desenată pe pămînt cu făină de porumb în timpul ritualului de chemare. Reprezentarea lui Gran Bwa este desenul unei frunze care are aspecte umane — față, brațe, picioare —, semnificînd mai adînc legătura sa (și a umanității) cu natura.*

Deci, un mod de a concepe spiritul naturii este să vă imaginați într-o pădure vastă, care este vie, respiră și vă înconjoară pe cînd vă mișcați printre copaci. Fără cenzură, permiteți oricăror imagini, gînduri sau sentimente să vă treacă prin minte în această căutare. Sînt șoaptele spiritului de dincolo de lumea rațională.

La un moment dat, veți ajunge la un copac special, care vă fascinează într-un mod particular. Acesta este Gran Bwa, intrarea cosmică în întreaga natură. Cele patru întrebări clasice ale căutării viziunii sînt: Cine sînt eu? De ce sînt aici? Unde mă duc? Cine mă va ajuta? Puneți spiritului întrebările și deschideți-vă răspunsurilor pe care le primiți.

Cînd aveți informația dorită, reîntoarceți-vă în stare de conștiință obișnuită. Apoi, ieșiți fizic în natură și vedeți cum vă apare acum. Repetați exercițiul săptămînal cînd țineți dietă și vedeți ce altceva mai puteți învăța.

O jurnalistă de la ziarul *London Observer* a participat la un seminar ținut de Ross în 2005 și a făcut un exercițiu similar cu cel de mai sus; ea a fost uimită de ce a văzut în natură, de îndată ce a privit-o pentru prima dată într-un mod tăcut și noncritic, înțelegînd-o ca pe o forță vie. „Vederea naturii

---

* Pentru mai multe informații despre Gran Bwa și vindecarea haitiană, vezi *Vodou Shaman*, de Ross Heaven.

în toată măreția sa era copleșitoare", a scris ea în ziar. „Puteam să văd totul. De la cel mai mic fir de puf de pe o frunză, la celulele din interiorul unei petale și la contururile minuscule ale corpului unei libelule.

Dar, mai mult decît atît, simțeam toate acestea. Era ca și cum îmi dezvoltasem un alt nivel de percepție. Dincolo de ceea ce vedeam, puteam să simt. Chiar și acum, după o săptămînă, pot să readuc înapoi acest sentiment..."

ICARO: CÎNTECUL SUFLETULUI TĂU

Așa cum există un *vever* pentru fiecare Lwa în Haiti, există cel puțin cîte un cîntec (de obicei, mai multe) pentru fiecare spirit. Cîntecele nu sînt atît create, cît „descoperite" de șaman, care intră în comuniune prin transă și permite însuși spiritului să-și cînte cîntecul prin el. Iată unul dintre cîntecele pentru Gran Bwa:

În păduri sînt frunzele,
În păduri sînt frunzele.
Sînt Eu, Gran Bwa,
(Dar) nu le arăt oamenilor casa mea.
Dacă le-aș arăta oamenilor casa mea,
ei vor spune că trăiesc în pădure.

Înțelesul ultimelor trei versuri și în special al ultimului este că, în timp ce pădurile adînci sînt într-adevăr casa lui Gran Bwa, acesta nu este singurul loc în care el poate fi găsit, pentru că el este spiritul naturii înseși, fiind parte a fiecăruia și a tot ce există.

Cîntecele spiritelor și cînturile din Haiti sînt similare cu icaros ale șamanului ayahuasca în faptul că spiritele însele l-au învățat aceste cîntece puternice. Cîntîndu-le cu voce tare (sau lăsîndu-se cîntat), șamanul aduce vibrația universului vindecător și puterile naturii în trupul său, deschizîndu-se spre un nivel mai profund de conștiință, prin uniunea dintre spirit și materie. Cînd astfel de cîntece se cîntă în Haiti, ele sînt chemări ale spiritului, care poate răspunde posedînd șamanul pentru ca el să vindece comunitatea. Cînd astfel de cîntece sînt cîntate în Amazonia, vibrația lor poate fi suflată de la șaman în trupul pacientului, vindecîndu-l direct prin puterile naturii.

Descoperirea cîntecului plantei-aliat

Un alt mod prin care puteți experimenta mai profund sacrul este, prin urmare, să cunoașteți cîntecul plantei dumneavoastră aliat. A-l descoperi este simplitatea însăși. Întrebăm.

Lungiți-vă în postura de călătorie cu care v-ați familiarizat, ținînd în dreptul inimii planta-aliat, apoi permiteți conștiinței să meargă înapoi la acel mare copac din pădure care v-a chemat în primul exercițiu. Vizualizați-vă stînd în fața acestui străvechi învățător, cu planta aliat în mînă, și cereți-i însuși copacului cîntecul.

Cînd simțiți în trup o melodie, o vibrație sau cuvinte care vor să fie cîntate, lăsați-le să curgă din dumneavoastră. Nu e nevoie să căutați cuvinte (într-adevăr, unele cîntece nu au deloc cuvinte, ci sînt cînturi sau chiar metalimbaj, care sună cam ca „vorbitul în dodii").

Întoarceți-vă la starea de conștiință obișnuită cînd aveți cîntecul, apoi petreceți o vreme cu aliatul dumneavoastră, cîntîndu-i cîntecul. Ascultați ce cuvinte vă vin de la plantă. Le veți auzi și înțelege în minte și în inimă.

SEGURO: UN PRIETEN CARE ASCULTĂ

După maestro-ul San Pedro, Juan Navarro, un *seguro* este un prieten sau aliat, cineva spre care puteți să vă îndreptați pentru sfaturi și informații, care vă va asculta și împărtăși problemele. Mai puțin poetic, un seguro este o sticlă transparentă care conține parfumuri, apă sfîntă și, bineînțeles, o selecție de plante alese pentru proprietățile lor specifice de vindecare și spirituale. Sticlele sînt păstrate pe altar, în spațiu sacru, și sînt privite ca obiecte de mare putere. Dacă cel care posedă un seguro are nevoie de ajutor într-o problemă practică sau spirituală, îl va lua de pe altar și va sta cu el lîngă inimă, vorbindu-i ca unui prieten. Seguro va absorbi și transforma energia problemei, dar, mai important, dacă persoana care îi cere sfatul va asculta cu atenție, va auzi răspunsurile de care are nevoie de la spiritele plantelor.

Un seguro poate să vă ajute să întrețineți și să aprofundați legătura cu sacrul, deoarece, bineînțeles, conține planta-aliat. Dacă mai sînt plante la care ați călătorit sau de la care doriți să învățați, ele pot fi adăugate la seguro și, acum că știți limba aliatului, această plantă va comunica dorința dumneavoastră celorlalte, care și ele își vor oferi ajutorul și vindecarea. Astfel, obțineți un acces mai larg la lumea naturală și la puterile sale.

Creați un seguro

Pentru a crea un seguro aveți nevoie de o sticlă de circa 15 cm înălțime, care poate fi închisă ermetic. Umpleți o treime cu un parfum la alegere și adăugați puțină apă. În seguros făcute de Juan Navarro, apa provine din lacurile sacre Las Huaringas, dar dumneavoastră puteți folosi apă minerală sau apă de ploaie (cît de pură posibil).

De îndată ce aveți baza, meditați puțin asupra calităților pe care vi le doriți în viața dumneavoastră și asupra plantelor ce pot să vă aducă aceste lucruri. Folosiți-vă în lucrare de doctrina semnăturilor — vuitoare pentru noroc, pana zburătorului pentru adevăr, solidago virgaurea pentru bogăție etc. Adăugați plantele în sticlă, aranjîndu-le cît puteți de frumos (unele seguros sînt atît de frumoase, încît sînt opere de artă în sine). Apoi puneți în sticlă aliatul principal, ca el să poată acționa ca mediator pentru toate celelalte plante. Înainte de a sigila sticla, suflați în ea *dominio* (intenția dumneavoastră), de trei ori, apoi puneți capacul.

Puneți sticla pe altar și reflectați deseori la calitățile sale. Cînd aveți nevoie de un sfat, stați cu seguro-ul și vorbiți cu el. Apoi, observați cum se schimbă lucrurile.

Menținerea comuniunii sacre: hrana pentru o bază neurală sănătoasă

Șamanii care lucrează cu plante sacre țin o dietă ce le îmbunătățește legătura cu natura și cu aliații lor (vezi Capitolul 2). Dieta — în sensul cel mai larg — este importantă și pentru noi, și avem nevoie să căutăm plantele, ierburile și aminoacizii care vor crește nivelul de neurotransmițători din creier, deoarece aceasta ne va ajuta să ne dezvoltăm abilitățile de visare șamanică.

Celulele creierului au nevoie de vitamine, acizi grași și minerale pentru a funcționa eficient și pentru ca noi să fim sănătoși. Aportul scăzut de nutrienți este o problemă în creștere a Occidentului, consecință a stilului de viață „fast-food“ și a obiceiurilor alimentare proaste. Prin urmare, tot mai mulți oameni suferă de simptome de depresie și anxietate.

Cînd celulele noastre nervoase mor din lipsă de nutrienți, ele nu mai pot fi înlocuite, așa că primul pas este cel de a proteja celulele existente. Compușii leacurilor din plante ce pot ajuta la aceasta sînt adaptogenii și antioxidanții. Probabil că numele unora dintre aceștia vă sînt familiare — *panax ginseng,* de exemplu. Aceste plante ajută corpul să reziste la stres

și previn degenerarea celulelor. Un alt compus care există în corpul uman și are nevoie să fie întărit este *coenzima Q10*. Este disponibilă în multe suplimente alimentare și în fructe precum papaya, care e plină de antioxidanți puternici și vitamine.

Grupul vitaminelor B este important pentru îmbunătățirea performanței cognitive, a învățării și memoriei. Nenumărate studii au dovedit deficiențe de B6 și B12 la oamenii în vîrstă, ceea ce duce la pierderea memoriei. Vitamina B6 ajută la sinteza neurotransmițătorilor precum serotonina și dopamina; ea se găsește în mod natural în cereale, fasole, banane, alune și pui. Vitamina B12 este esențială pentru sănătatea celulelor nervoase și se găsește în alimente ca scoici, ficat, somon, ouă și lactate. Vegetarienii pot lua această vitamină în formă de capsulă.

Alte plante — de exemplu, cohoșul negru, dar și fructe precum bananele — cresc nivelul serotoninei în creier și ne dau o capacitate mai puternică pentru a visa, precum și o stare de bine. Interacțiunea serotoninei cu creierul este unul din factorii-cheie ai experienței halucinogenice.

Acizii grași Omega-3 sînt în mod special importanți pentru sănătatea creierului și se găsesc în pește și în uleiul de semințe de in. Importanța acizilor grași se poate observa în cazurile de deficiență. La nou-născuți, deficiența de Omega-3 este asociată cu întîrzierea abilităților vizuale și cognitive, iar la bolnavii de Alzheimer s-au detectat, de asemenea, niveluri scăzute.

Există și mîncăruri ce trebuie evitate — acele mîncăruri care lucrează împotriva sănătății neurale și a abilităților cognitive. Între acestea, sînt importante zaharurile procesate și carbohidrații, dar orice formă de mîncare procesată este bine să fie cît mai mult evitată.

În consecință, ca vestic ce dorește să-și dezvolte capacitățile de visare șamanică, ar trebui ca în dieta de bază să aveți multe fructe proaspete, legume, orez, pește, pui, și să excludeți mîncărurile prăjite, grase, supra-condimentate sau procesate. O astfel de dietă este, de fapt, aproape similară cu aceea a unui șaman din Amazonia sau Haiti. Țineți dieta cît puteți mai strict pe toată perioada în care vă dezvoltați relația cu aliatul dumneavoastră plantă și după aceea.

Artă și acțiune

Pe lîngă mîncarea adecvată, mai există anumite acțiuni recomandate pentru creșterea abilităților de visare.

Arta și lucrul manual sînt exemple bune. Nu este nevoie să fim mari artiști plastici ca să lucrăm cu forme și culori. De fapt, formația artistică poate fi contraproductivă în acest caz, deoarece practica artistică implică o anume folosire a minții raționale în locul simțurilor visării și se ajunge la studierea formei, în loc de a răspunde la ea —, adică exact la lucrul pe care îl evităm.

Pentru a folosi șamanic arta, trebuie să aveți intenția de a vă juca, să redeveniți copil și să împărtășiți sentimente copilărești de minunare și admirație față de lume. După cum spunea Goethe, „dacă vreți să știți ce gust au căpșunile și cireșele, întrebați copiii și păsările".

Desenați, pictați, sculptați și modelați lutul, lucrați în lemn sau piatră, țeseți, brodați, scrieți poezii, grădinăriți... faceți ce vă inspiră și dă frîu liber exprimării creative. În timpul procesului artistic observați precum un copil formele din fața dumneavoastră, dar și spațiile și golurile dintre ele. A lucra astfel este un exercițiu minunat pentru mintea non-rațională. Alte practici care măresc abilitățile visării sînt meditația, plimbările în natură, a sta liniștit și a ne aminti că ne aflăm pe Pămînt ca să ne bucurăm.

Bucurați-vă trupul. Dansați, cîntați din gură și din flaut, bateți toba. Dansul, mișcarea și muzica sînt chei ale libertății personale și, în același timp, sînt o parte intrinsecă a extinderii conștiinței noastre și a reconectării noastre la uimirea în fața „spiritualității tuturor lucrurilor", cum a spus Walt Whitman.

ANALOGI AI AYAHUASCĂI

În America și Europa, se poate crea un analog al ayahuascăi prin folosirea unor plante care conțin aceiași alcaloizi, dacă respectivele plante nu sînt ilegale. Semințele de rută siriană pot fi folosite ca înlocuitor al lianei, de exemplu, iar mimoza sau accacia — ambele bogate în DMT (triptamine) pot fi folosite în locul plantei chacruna.

Pe website-ul *www.erowid.org* există informații despre aceste plante, precum și despre alte halucinogene sacre.

4

VINDECAREA SUFLETULUI

> Sufletul nu poate trăi în absența unei grădini. Dacă nu vrei Paradisul, nu ești uman; dacă nu ești uman, nu ai suflet."
>
> THOMAS MOORE

Peste tot în lume, de la începuturile experienței umane, noi am folosit plante pentru refacerea energiei vitale pierdute și pentru înlăturarea influențelor spirituale negative — cele două cauze principale ale bolilor prin prisma societăților tradiționale. Nici una dintre cauze nu are mai nimic în comun cu medicina convențională. În schimb, boala este văzută ca semn al unei stări interioare de dezechilibru sau tulburare care, din perspectivă șamanică, de obicei apare din două forme de dezechilibru energetic:

Intruziunea spirituală — atunci cînd forțe exterioare unei persoane își fac loc în sistemul său energetic, fie absorbite și asimilate de la oameni din jur, fie, în anumite cazuri, introduse deliberat în. Aceste forțe pot induce disconfort fizic, emoțional, mental și spiritual.

Pierderea sufletului — care apare cînd evenimente traumatice precum accidentele, pierderea unui membru al familiei, dezastre naturale sau abuzuri asupra persoanei cauzează o pierdere masivă a forței vitale, ceea ce poate din nou crea dezechilibru și boală.

Ambele situații pot lăsa o persoană fără poftă de viață, fără dorința sau abilitatea de a se angaja în ea și pot, în cele din urmă, să conducă la boli fizice, precum și la mai multe probleme psihospirituale, deoarece trupul și forța vitală sînt slăbite. În acest capitol, analizăm unele cauze și simptome ale pierderii sufletului și ale intruziunii spirituale, precum și acțiuni

vindecătoare și măsuri preventive pe care le putem lua cu toții, cu ajutorul aliaților noștri din natură.

INTRUZIUNEA SPIRITUALĂ

În spatele noțiunii de intruziune spirituală ca și cauză a bolii este înțelegerea faptului că ființele umane, ca și întregul naturii, sînt compuse din energie, iar această energie poate slăbi în anumite circumstanțe. Cînd se întîmplă așa, devenim vulnerabili, deoarece abilitatea noastră înnăscută de a rezista influențelor negative și răuvoitoare este redusă. Atunci, devenim din ce în ce mai slăbiți în fața virușilor, infecțiilor, accidentelor, rănilor emoționale și stresurilor mentale, precum și a *saladera* (ghinionul), deoarece forța noastră vitală este slăbită.

Aceste influențe (unele tradiții șamanice le numesc esențe) sînt în jurul nostru în fiecare zi în forma emanațiilor energetice de la alți oameni, de la locuri, de la subtilitățile de dispoziție aflate în atmosfera înconjurătoare. Toate ne pot afecta aspectul exterior și liniștea, dar în circumstanțe normale, cînd forța noastră vitală este puternică și echilibrată, ele nu sînt o problemă majoră. Totuși, dacă nu ne simțim puternici, un cîmp energetic mai mare decît al nostru ne poate copleși cu ușurință.

Un motiv-cheie pentru care pierdem putere și deci devenim vulnerabili în fața influențelor potențial dăunătoare este faptul că ne permitem să ne deconectăm de la natură. Lumea naturii este prima noastră sursă de putere și, în mod firesc, ne menține în siguranță prin „reîncărcarea bateriilor“ care ne face să fim puternici.

„Cînd un bărbat sau o femeie nu este în armonie cu lumea naturală, energiile altor oameni sînt ușor absorbite în sistemul lor și pot să-i atace“, spune Antoine Duvalier, un vindecător din Port-Au-Prince, Haiti.

„Deoarece această energie nu îi este naturală, el nu beneficiază de o creștere a puterii; în schimb, energia invazivă îi îmbîcsește spiritul și se hrănește din el, lăsîndu-l golit de putere. În unele cazuri, rivalitatea, gelozia și lupta pentru supremație pot face ca un *mo* (energie rea în forma unui spirit mort) să fie în mod deliberat trimis după o persoană, cu intenția de a-i face rău.“

Situația de mai sus — un atac paranormal energetic deliberat — sună extrem și răuvoitor, dar este mult mai frecventă decît am crede.

Malidoma Somé scrie despre aceasta întîmplîndu-se la populația Dagara din Burkina Faso, unde săgețile magice, vizibile doar pentru șamani, sînt

lăsate pe pămînt în calea unui dușman, ca să-i intre în spirit cînd pășește peste ele.

Martin Prechtel scrie despre o practică similară la populația Mexicului și Guatemalei. Chiar și în cultura vestică știm că este posibil așa ceva. Vorbim despre oameni care „au privirea tăioasă" și observăm că „dacă privirile ar putea ucide", am da de necaz din cauza celor care ne vor răul; aceste expresii sînt o confirmare inconștientă a unui fapt spiritual: că privirile și cuvintele — energie trimisă spre exterior în formă simbolică — au putere. Știm din experiență personală că, în timpul unui conflict, de exemplu, arătarea cu degetul sau cuvintele grele se simt la nivel fizic. Cine nu a fost rănit de cuvintele altcuiva? Le simțim în adîncul ființei noastre.

„Într-un anume fel", spune Michael Harner, „conceptul de putere intruzivă nu este prea diferit de conceptul medical vestic de infecție" și, de fapt, acestea „au loc cel mai frecvent în regiuni urbane... Oamenii, fără să știe, au posibilitatea de a-i răni pe alții cu erupțiile puterii lor personale atunci cînd intră într-o stare de dezechilibru emoțional, cum e mînia. Cînd spunem despre cineva că „emană ostilitate", este aproape o expresie a perspectivei șamanice".

Cuvintele lui Harner pot fi văzute și ca un enunț nu despre putere, ci despre lipsa de putere pe care o resimt oamenii în societatea modernă, pentru că, dacă într-adevăr am avea parte de egalitate, echilibru și putere interioară și dacă sufletele ne-ar fi hrănite de lumea noastră, nu ar fi nevoie de gelozia și frustrarea care duc la accese de mînie. Intruziunile spirituale în lumea vestică sînt deseori proiecții energetice (conștiente sau nu) trimise să ia puterea de la altcineva, în speranța de a căpăta un sentiment de ordine într-o lume ce pare ieșită de sub control. Întotdeauna există ceva de invidiat într-o lume bazată pe separare și pe dorința de avere, în care societatea de consum îi învață pe oameni să vrea mereu mai mult și să fie nemulțumiți cu ceea ce au în viața lor.

Această competiție, gelozie, nevoie, este rădăcina bolilor intruzive și în societățile tradiționale. În multe țări, invidia este considerată a fi cauza intruziunilor spirituale. Aceasta se poate manifesta ca *mal d'ojo* (deochi), care în sine este o infecție a puterii însăși. Dar mai pot fi și acțiuni insidioase: trimiterea magiei negre spre cineva, pentru a-l slăbi și a-l face să piardă posesiunea care a stîrnit gelozia, chiar dacă cel invidios nu cîștigă nimic altceva decît satisfacția de a-și vedea vecinul suferind.

Pentru a stabili cauza unei astfel de boli cauzate de spirit și pentru a afla cine a trimis-o, un șaman din Anzi ar face o divinație cu frunze de coca

sau tutun (vezi Capitolul 1). Pentru a o îndepărta, este nevoie să o vadă. A vedea este o practică de a privi în sufletul pacientului prin conștientizarea percepției emanațiilor subtile de energie ale corpului său fizic, similară cu aceea din exercițiul de privire a plantelor din Capitolul 1. Făcînd aceasta, șamanul observă energia care nu e în rezonanță cu cea proprie pacientului, recunoscînd-o prin faptul că va apărea într-o formă neplăcută pentru el. Sandra Ingerman explică astfel: „Toate bolile au identitate spirituală. Arată ca o reptilă cu colți, ca o insectă sau ca un material întunecat și clisos. Boala se va arăta într-o formă ce generează repulsie."

Asta, bineînțeles, nu înseamnă că în pacient există cu adevărat o reptilă sau o insectă; vederea șamanului, percepția sa este astfel doar ca unealtă de diagnostic menită să-i permită a recunoaște forța intruzivă, pentru a nu o rata sau confunda cu altceva. Acestea fiind spuse, este interesant cum astfel de energii iau într-adevăr forme grăitoare. Ingerman, de exemplu, spune: „Unele dintre metodele moderne de lucru cu imaginația și vindecarea corespund cu ceea ce șamanii au văzut dintotdeauna în boală. De exemplu, cînd bolnavii de cancer își desenează boala, deseori desenează reptile cu colți sau insecte. Oamenii văd pe cont propriu ceea ce șamanii au văzut mereu."

Pentru a verifica acest adevăr, trebuie doar să vă amintiți de o boală recentă sau de o durere localizată a dumneavoastră și să vă întrebați: „Dacă ar fi să o desenez, cum ar arăta?" Oamenii cu iritații ale pielii, de exemplu, deseori descriu disconfortul ca „o armată de furnici mergînd pe mine" și le ilustrează astfel, pe cînd cei cu probleme de stomac spun că durerea lor e ca „un șarpe care-mi strînge intestinele". Se pare că este firesc să folosim astfel de cuvinte și imagini pentru a le face clar altora de ce suferim.

Odată ce șamanul vede intruzia, are mai multe modalități de a o îndepărta. Una din ele este negocierea.

Eduardo Caldero, un curandero din Cusco, crede că intruziunile spirituale nu sînt entități „rele", ci energii care în sine sînt ambivalente față de oameni. Persoana care le-a trimis se poate să fi avut intenții rele, dar energia direcționată este deseori nevinovată, inconștientă de faptul că face rău cuiva prin prezența sa, doar încercînd să supraviețuiască și să-și ducă propria viață.

> Aceste spirite sînt ca o persoană fără cămin care găsește o casă goală — casa goală fiind persoana fără putere. Spiritul rătăcitor vrea să stea acolo, bineînțeles, să-și stabilească un cămin și să fie fericit. Nu-i dorește nici un rău casei sale și nu are nici o dorință de a-i face rău — cine ar

vrea așa ceva?! Dar dacă vei încerca să-l arunci în stradă, va lupta să-și păstreze locul. Este în firea lucrurilor.

Caldero evită această situație, oferindu-i spiritului o nouă casă, cu condiția ca el să părăsească trupul pacientului. „Luăm situația foarte în serios. Este un contract pe care noi (șamanul și intruzia) îl facem între noi și îl marcăm printr-o ceremonie."

CURĂȚAREA CU PLANTE A SUFLETULUI

Această ceremonie ia forma unei *limpia* — o curățare — în care pacientul stă pe un scaun de lemn sub care se află un bol fumegînd de tămîie copal. Ea purifică trupul pacientului și calmează intruziunea, care e amețită de fum. În timp ce are loc limpia, don Eduardo merge în jurul pacientului cîntînd, suflîndu-i fum de tutun și atingîndu-i corpul cu flori (gălbenelele se folosesc frecvent). Fumul de tutun ușurează trecerea intruziunii, care apoi este prinsă în — și găzduită de — flori.

(Iar și iar găsim că tutunul este folosit pentru curățarea energiilor negative. În Amazonia, tutunul — care este foarte diferit de cel din pachetul dumneavoastră de țigări — e considerat una dintre cele mai sacre plante. Tutunul sălbatic este rulat și aprins, iar fumul e suflat ca un purtător al intenției, iar curandero se angajează cu spiritul plantei într-o concentrare a energiei sale, într-un mod similar cu cel din obiceiul indienilor nord-americani de a folosi salvie și iarbă dulce în mici legături sau în bețe pentru afumat. Nu este niciodată o acțiune mecanică. De fapt, la folosirea tutunului sau a oricărei plante pentru a curăța un spațiu sau o persoană este important să fiți într-o stare de concentrare maximă pentru a observa unde se duce fumul și unde nu. Dacă fumul este atras în trup, acesta este luat deseori drept un semn de sănătate, dar dacă este împins departe de trup, șamanul știe că există energii negative sau blocate, asupra cărora trebuie să lucreze.)

Uneori se face și o *offerenda*, ca mulțumire fie pentru vindecare, fie pentru intruziunea care a părăsit trupul, caz în care se leagă un dar la un loc cu florile. Întreaga legătură este mai apoi luată în natură și îngropată, pentru ca spiritul să nu fie deranjat și pentru ca alți oameni să nu fie infectați de el. Șamanii de pe coastă pot duce florile la mare și le aruncă în valuri, pentru ca mareea să le ducă departe de țărm.

În pădurea tropicală amazoniană, pentru *limpia* nu se folosesc flori, ci frunzele tufișului *chacapa* (vezi fotografia unei frunze de chacapa la pagina

2 a secțiunii foto). Acestea au aproximativ 20 cm lungime și, uscate, sînt legate împreună pentru a face o unealtă vindecătoare folosită ca o zuruitoare în timpul ceremoniilor.

Într-o vindecare, chacapa este frecată și scuturată deasupra și de trupul pacientului, pentru a captura sau mătura intruziunea spirituală. Odată ce a prins intruziunea în chacapa, șamanul suflă în frunze pentru a o dispersa în junglă, unde spiritele plantelor îi absorb și îi descarcă energia.

O altă metodă de a îndepărta intruziunile este aceea a băilor purificatoare cu frunze, o metodă practicată atît în Haiti, cît și în Peru (vezi și Capitolul 6). Loulou Prince explică:

> Există frunze anume, cu miros puternic, care ajută oamenii atacați spiritual. Eu amestec frunzele cu rom și apă de mare ca să fac o baie pentru persoană, apoi o îmbăiez și rog frunzele să o binecuvînteze. Cînt cîntece pentru spirite și pentru strămoși și le cer să vină să ajute persoana.
>
> Restul apei de baie îl pun într-un bol verde sau într-o sticlă și, înainte ca persoana să se culce seara, o pun să-și frece brațele și picioarele cu ea. Cînd acestea sînt făcute, nici un blestem nu mai poate lucra asupra persoanei și răul este îndepărtat.

Modul în care „răul" ajunge să infecteze pacientul are iarăși de-a face cu gelozia. De exemplu, Loulou a fost rugat să facă o vindecare a unui copilaș adus de mama lui, care născuse patru copii, dintre care deja îi muriseră doi prin acțiunile unor spirite ce veneau noaptea în casa ei pentru a-i goli de forță vitală. Femeia era o vînzătoare de piață, care făcuse ceva bani (lucru rar în Haiti). Vecinul ei era invidios și a trimis spirite să-i omoare copiii.

> Am îmbăiat copilul, ca să rup vraja. Apoi i-am dat frunze, ca să-i fac sîngele amar, să aibă gust și miros neplăcut pentru spirite, ca ele să plece. După acestea, copilul s-a făcut mai bine; s-a îngrășat și a crescut. Acel copil e astăzi un tînăr bărbat.

În Haiti se crede că spiritele intruzive precum acestea își fac casa în sînge, de aceea Loulou a folosit ierburi pentru a face sîngele amar și trupul să miroasă „puternic". Asta face gazda mai puțin atrăgătoare pentru intruziune, care mai apoi iese din trup.

În aceste tratamente se folosesc deseori băi de foc, în care kleren-ul devine baza unui amestec de ierburi, căruia i se dă foc și cu care se masează

pielea. Alcoolul arde repede și nu provoacă dureri pacientului, dar distruge intruziunea atunci cînd ea iese din trup."

MÎNCATUL PĂCATELOR ȘI EXTRACȚIA SPIRITUALĂ

Dr. Stanley Krippner, profesor de psihologie la Institutul Saybrook și autorul cărții *The Realms of Healing*, conchide în urma studiului asupra vindecării tradiționale că puterea gîndurilor noastre — fie ele pozitive sau negative — are un efect profund asupra sănătății. Atunci cînd acceptăm emanațiile paranormale ale altora, le prindem negativitatea și — crucial — permitem negativității lor să fie absorbite de noi, ajungem să fim de acord cu inamicii noștri, ne deschidem către boală.

Aceasta este filosofia de bază a mîncatului păcatelor. În vechea tradiție celtică, un păcat este văzut ca o greutate asupra sufletului, care îl face să sufere pe păcătos cît timp este viu, și îl va ține legat de pămînt cînd moare. Păcatul este o forță puternică ce ne împinge spre boală, dar cunoașterea faptului că am greșit este cea care creează slăbiciunea în sufletele noastre. Rușinea și vinovăția pe care le ducem cu noi sînt intruziunea spirituală. Această noțiune a păcatului ca intruziune este cunoscută șamanilor din Tuva, care se referă la păcat cu denumirea *buk* — o boală ce rezultă din acțiunile noastre rele față de alte persoane sau forme de viață.

Șamanița tuvană Christina Harle-Salvennenon dă exemplul a doi băieți, pacienți de-ai ei, care într-o zi s-au lăsat duși de val în timp ce se jucau și au castrat un cîine. Cînd și-au dat seama ce au făcut, au fugit acasă, șocați. Amîndoi s-au îmbolnăvit pe loc, unul dintre simptome fiind inflamarea testiculelor. Recunoscînd boala lor a fi *buk*, Christina le-a cerut să-i spună ce au făcut. Copiii, fiind copleșiți de vina purtată, au refuzat să mărturisească. Dacă ar fi făcut-o, ar fi eliberat presiunea dureroasă din trupurile lor și ar fi dat șamanului o informație pentru vindecare, dar ei n-au putut să o facă. Amîndoi au murit.

Extracția spiritului (îndepărtarea intruziunilor) era uneori făcută de către mîncătorul de păcate celtic prin înțeparea cu urzici a corpului pacientului, dînd atenție specială „colțurilor și unghiurilor" — spatele genunchilor, coatele, ceafa și abdomenul — unde tind intruziunile să se ascundă. Țepii urzicilor încălzesc pielea și trag intruziunea la suprafață, într-un mod similar băilor de foc din Haiti. De acolo, intruziunea este spălată cu o baie rece conținînd ierburi răcoritoare și liniștitoare ca mușețelul, lavanda, menta, trandafirii.

Acestea fiind făcute, pacientului i se amintește că este nevoie să repare greșeala față de acea persoană, altminteri vinovăția — și deci intruziunea — se poate foarte bine întoarce.

O tradiție simplă care a supraviețuit ca modalitate de răscumpărare a unor păcate — minore, bineînțeles — este trimiterea unui buchet de flori.*

VINDECAREA HAITIANĂ PRIN EXTRACȚIE

Pachețelele kongo sînt o metodă haitiană de extracție. Ele arată similar cu punguțele *mojo* (vezi Capitolul 1), dar sînt mult mai decorate și conțin ierburi medicinale împachetate strîns, amestecate într-un mod special, menit să le facă pe plac spiritelor.

Conținutul de ierburi este un secret bine păstrat (deși variază în funcție de cel care creează pachetul), dar este posibil să vă faceți propriul pachețel, folosind plante care cresc local, de îndată ce înțelegeți principiile spiritelor plantelor ce se aplică în această unealtă de vindecare.

Secretul este că fiecare pachețel conține, în egală măsură, plante care sînt (1) vindecătoare pentru pacient și (2) atrăgătoare pentru intruziunea spirituală. Cum pachețelul este folosit asupra pacientului, energiile intruzive sînt atrase în el, în timp ce pacientul este calmat de către plantele vindecătoare.

În culturile vestice, ierburile liniștitoare și purificatoare pentru pacient pot include următoarele:

- mușețel
- petale de filimică
- dafin
- cedru
- isop
- hamei
- lavandă
- roiniță
- pătrunjel
- rozmarin
- schinel
- valeriană
- verbină

---

* Filosofia mîncatului păcatelor este în multe feluri în concordanță cu experiența haitiană. Maya Deren scrie, de exemplu, că acțiunile terapeutice pot fi executate de preot, dar trebuie duse la capăt în mare proporție de pacientul însuși sub ghidarea preotului. Pacientul trebuie să-și rezolve singur problemele cu *loa* (o altă scriere a cuvîntului haitian *Lwa*: spirite). Altfel spus, pacientul se tratează singur, ceea ce îi va îmbunătăți mult starea de spirit. Aproape inevitabil, indiferent cît de bolnavă este, persoana trebuie să ia parte la ritualurile legate de tratamentul său.

Ierburile atrăgătoare pentru spirite tind să fie fierbinți, condimentate:

- scorțișoară
- cuișoare
- coriandru
- damiană
- cactus
- ardei iute
- smochin
- usturoi,
- ghimbir
- păducel
- muștar
- paprika
- piper
- pelin

Se face o selecție (nu este necesar să fie folosite toate, aceasta fiind o cauză a varietății combinațiilor din pachețele), iar ierburile sînt amestecate cu rom și agua florida și lăsate la uscat. O cantitate din acest amestec, cam cît o portocală, este pusă în șifon și legată ca o punguță. În jurul ei se mai pune un strat de mătase sau satin, folosind culori și decorațiuni precum paiete, pene, scoici, mărgele etc. — ce reflectă calitățile și preferințele unor spirite protectoare specifice, pentru a energiza pachetul cu *ashe* (putere) de la aceste spirite. Culorile folosite corespund calităților arhetipale cu care sîntem familiarizați (vezi Capitolul 1, despre punguțele *mojo*), astfel roșul este pentru *Ogoun* — spiritul războinic al cărui dar special este puterea, iar verdele este pentru *Gran Bwa*, spiritul vindecător al naturii.

În Haiti, pachețelele se fac întotdeauna noaptea, de obicei pe lună plină, și sînt dedicate lui Simbi Makaya, spiritul magiei transformaționale. Ele sînt folosite în vindecare fiind trecute peste corpul pacientului, încet, de la cap spre picioare, de șapte ori. Cu fiecare trecere, pachetul se face din ce în ce mai greu, pe măsură ce ierburile absorb energiile intruzive, în timp ce transferă vindecare către pacient. La sfîrșitul procedurii, pachetul este pus pe altar, care este o poartă dintre lumi și care va descărca energia intruzivă înapoi în universul spiritual.

Folosit astfel, puterea pachetului durează șapte ani și este la fel de eficientă în condițiile unui oraș modern, precum în zonele rurale din Haiti. Deirdre, o terapeută din Londra care a făcut un pachețel vindecător într-unul dintre workshopurile noastre, a scris mai tîrziu: „Astăzi am avut o sesiune uimitoare folosind pachetul! Are calități variate și puternice — limpezește și liniștește. Clienții mei au înțeles și ei asta și îi remarcă puterile.“

PIERDEREA SUFLETULUI: SINELE FRAGMENTAT

Pierderea sufletului este în multe feluri exact opusul intruziunii spirituale. În cea din urmă, o forță străină este injectată în sinele nostru spiritual; în prima, este vorba despre o pierdere de spirit, o golire a energiei, care cauzează boala.

În Vest, cunoaștem cîte ceva despre pierderea sufletului, deși o numim altfel. Vorbim, de exemplu, despre „disociere psihologică" și „sindrom de stres", care rezultă în urma experiențelor traumatice, abuzive, de suferință și care au un număr de simptome asociate din registrul fizic, mental și emoțional. În culturile șamanice, aceleași simptome sînt diagnosticate ca „fragmentări ale sufletului" sau, mai simplu spus, pierdere a sufletului, unde spiritul individului, pus în fața durerii, se sparge în mai multe părți, dintre care unele s-au refugiat în lumea cealaltă, departe de duritatea vieții zilnice.

Într-un fel, deci, pierderea sufletului poate fi văzută ca un act pozitiv, de autoprotecție psihologică și emoțională, în fața unei mari dureri sau pericol. Cînd suferim, bineînțeles că am prefera să nu fim prezenți, și astfel sufletul și psihicul nostru au găsit un mod prin care noi putem să ne refugiem într-o lume în care sîntem departe de încercările dure.

Totuși, dacă forța vitală rămîne pierdută și după ce amenințarea s-a terminat, acest fapt poate fi la fel de debilitant. Pacientul se simte deconectat de viață, dezechilibrat, astfel încît emoțiile, gîndurile, amintirile, reacțiile corporale și ambițiile sale spirituale sînt înstrăinate de adevărata lui natură și de cea a lumii largi și a universului spiritual. Aici încep cu adevărat problemele și aici este cel mai mult nevoie de intervenția vindecătoare a șamanului.

Recuperarea sufletului — recăpătarea forței vitale — e una dintre cele mai eficiente practici vindecătoare ale șamanului dedicate restaurării acestei energii. Pentru a înțelege cum funcționează, trebuie să ne amintim de perspectiva șamanului asupra realității: aceea că este multidimensională și operează dincolo de constrîngerile timpului și spațiului. Din această perspectivă, orice s-a întîmplat oricui, oriunde, încă se mai întîmplă. Asta înseamnă că, deși un eveniment traumatic a avut loc cu zece sau douăzeci de ani în urmă, pentru persoana în cauză încă se mai întîmplă și acum, deoarece, dacă nu e rezolvat, încă îi influențează viața și se manifestă în comportamentul său, care este o adaptare la efectele evenimentului vechi de douăzeci de ani și la pierderea de suflet legată de eveniment.

Pentru șaman nu există „trecut", ci doar acest vast, măreț și mereu în mișcare „acum". În abordarea sa vindecătoare, el va călători — în afara

timpului și spațiului — către locul în care acel eveniment energetic încă se mai întîmplă pentru persoana în cauză, și va găsi și aduce înapoi forța vitală care este blocată acolo. Doar atunci cînd această operațiune a fost efectuată poate să înceapă cu adevărat vindecarea evenimentului și a consecințelor sale.

Conceptul pierderii de suflet și recuperarea ceremonială a sufletelor se regăsește în multe culturi șamanice. În tradiția tibetană Bon, de exemplu, una dintre cele mai importante practici ale șamanilor Căii Sichen constă din *lalu* (literalmente „răscumpărarea", „cumpărarea înapoi" a sufletului) și *chilu* („re-amintirea" forței vitale). Dar, bineînțeles, practica nu este limitată doar la Tibet. Joseph Campbell scrie în *The Masks of God* că:

> Boala, după teoria șamanică, poate fi cauzată de plecarea sufletului din trup și rămînerea sa în prizonierat în una dintre regiunile spirituale: deasupra, dedesubtul sau dincolo de marginea lumii.
>
> Clarviziunea șamanului trebuie să descopere ascunzătoarea. Apoi, călărind „pe sunetul tobei sale", el navighează departe pe aripile transei, către acel tărîm spiritual ce adăpostește sufletul în cauză, și acționează rapid pentru a-l salva.

Deși terminologia este diferită, ideea de pierdere a sufletului este bine-cunoscută și psihologiei. În memoriile sale, Jung își amintește o fantezie în care sufletul său a zburat departe de el, adică libidoul său s-a retras în inconștient, să ducă acolo o viață secretă. În acest exemplu, libidoul este forța vitală, iar inconștientul este „tărîmul morților", unde se ascund sufletele nefericite.

Una dintre cele cîteva diferențe dintre vindecarea șamanică și sistemele psihologice vestice este, de fapt, că recuperarea sufletului se concentrează pe întoarcerea și integrarea forței vitale pierdute, mai curînd decît pe trauma originară în sine, așa cum tinde să facă psihoterapia. Dar recuperarea sufletului și terapia lucrează foarte bine împreună. Cea mai bună combinație pare a fi: prima dată, o recăpătare a forței vitale și, după aceea, o abordare terapeutică de susținere a pacientului de-a lungul procesului de înțelegere a acestei energii regăsite, straturile de înțelesuri din spatele său, sentimentele și emoțiile care revin odată cu refacerea forței vitale și care, uneori, sînt greu de suportat.

Această eliberare și reintegrare a unor emoții pînă atunci date deoparte poate fi fundamentală pentru întregul proces de vindecare. După aceasta,

pacientul se poate mișca înainte în viața sa, fără a mai fi ancorat în trecut și poate trăi cu o nouă creativitate și productivitate.

ASCULTAREA SUFLETULUI: CUM SE SIMTE PIERDEREA SUFLETULUI

În viziunea șamanică asupra lumii, sănătatea și puterea merg mînă în mînă. Dacă trupul e puternic, atunci nu există loc în el pentru boală sau stare de rău, și nici oportunitatea ca aceste forțe invazive să intre.

Totuși, cînd pierdem din suflet, pot apărea un număr de simptome. Ele variază de la a ne simți „aerieni“ (nu cu adevărat prezenți sau un sentiment că observați viața mai degrabă din afară decît că o trăiți plenar) pînă la teme recurente precum frica, imposibilitatea de-a avea încredere în alți oameni, depresia, boli cronice.

În tradiția mîncării păcatelor, de asemenea, sufletul se pierde, slăbește sau este rănit prin acte de trădare — fie cele pe care le experimentăm noi (de exemplu, cînd cineva care ar trebui să ne iubească ne tratează cu cruzime), fie cele pe care le facem noi altora (de exemplu, cînd tratăm cu cruzime pe cineva care ne iubește). În astfel de circumstanțe, rușinea sau vinovăția noastră devine acidă, rozîndu-ne sufletul și cauzînd pierderea integrității noastre spirituale, pînă cînd sentimentele sînt eliberate prin confesiune sau acțiune.

Una dintre artele mîncării păcatelor era „ascultarea activă“, un mod de a primi cuvintele pacienților avînd cunoașterea faptului că sufletul vorbește în simboluri și în poezie și își va revela cauza propriei slăbiciuni sau pierderi, chiar dacă pacientul nu știe în mod conștient cum. Expresii precum „Mă simt de parcă am fost sfîșiat pe dinăuntru“ sau „I-am dat viața mea“ sînt mai mult decît remarci conversaționale; ele sînt însuși sufletul care își comunică durerea și spune mîncătorului de păcate că energia sa s-a pierdut (și, ca în cazul primei expresii, chiar și locul de unde a plecat energia).

Alte expresii simbolice care sugerează că a avut loc o pierdere a sufletului sînt:

- El mi-a frînt (sau furat) inima.
- Mi-am pierdut jumătatea mai bună.
- Sînt un nimic fără ea.
- Nu mă mai simt întreg (sau complet).
- Am mai puțină energie decît obișnuiam să am.

- El era viața mea.
- Sînt sclavul ei.
- Nu am puterea să-i spun nu.
- Mă simt de parcă aș fi rupt în bucăți.
- Mă simt ca un olog emoțional.
- Mă simt amorțit.
- Mă simt devastat (făcut bucăți).
- Mă simt pierdut (blocat, sau prins în capcană).
- Nu mai simt nimic.

Multe dintre aceste expresii au de-a face cu dragostea și atașamentele emoționale. Și, de fapt, dragostea poate fi și ea o formă de pierdere a sufletului, dacă ne dăruim atît de complet și iubim atît de profund, încît nu mai sîntem noi înșine și ne vedem iubita/iubitul ca fiind întreaga noastră viață. Inimile pot să ni se „frîngă“ cînd cineva pe care-l iubim ne părăsește, uneori să se frîngă literalmente. Oamenii de știință din Viena au găsit, de exemplu, că părți ale inimii noastre pot intra într-o stare de „somn“ atunci cînd suferim o durere emoțională. Medicii din Rusia, Japonia și Brazilia au descoperit, se pare, cazuri în care inima se oprește cu totul în astfel de circumstanțe, deși pacientul continuă să trăiască.

REÎNTOARCEREA SUFLETULUI PRIN NATURĂ

Un alt mod prin care se poate pierde sufletul este prin dezonorarea naturii sau ignorarea nevoii noastre de a fi conectați la ea. Ființele umane, ca părți ale naturii, au nevoie să simtă comuniunea cu marele suflet al lumii. Sănătatea noastră și, invariabil, starea noastră de bine, își au rădăcinile în această comuniune.

Nu este un mister: ne simțim bine la malul mării, respirînd aerul curat sau trăind pacea unei plimbări prin pădure; ne dăm seama mai ușor de locul nostru în schema lucrurilor în momentul cînd stăm într-o stare de venerație privind de pe un munte o panoramă ce ne taie răsuflarea. Este în firea noastră să fim în natură, iar repararea legăturii cu ea este vitală dacă dorim să rămînem întregi, sănătoși.

În multe țări, printre care și Japonia, chiar și astăzi există altare pe marginea drumului (și chiar în locuri precum complexele comerciale), în care oamenii se pot odihni, exprima respectul față de lumea naturală și primi vindecare și refacere de la ea. Festivalul japonez Obon, care are loc în luna

august a fiecărui an, este un alt mod de-a onora strămoșii și spiritele naturii. Numit și Sărbătoarea Lanternelor, este un moment în care spiritele celor morți se întorc pentru a-și vizita rudele aflate în viață, exact cînd anul se schimbă și natura începe să se odihnească. Se țin *bon odori* (dansuri populare), se lasă ofrande la altarele naturii și în fața caselor oamenilor și lampioane colorate sînt puse lîngă morminte. Evenimentul se încheie cu *toronagashi* — cînd se aprind lumînări înăuntrul lampioanelor și acestea sînt puse să plutească pe rîuri, ca spiritele să plece libere. Un alt festival japonez — de data aceasta de sărbătorire a vieții — este Hanami, „privirea florilor", unde familiile se adună și stau sub copaci, privind deschiderea florilor de cireș.

În Vestul modern avem rămase doar cîteva astfel de ceremonii și locuri sacre. Festivaluri precum May Day („Zi de mai"), inițial un ritual de fertilitate pentru a întîmpina sosirea primăverii, și Ziua de mijloc a verii (Midsummer Day, Sînzienele) — pentru sărbătorirea solstițiului — și-au pierdut mult din înțelesuri și scopuri. Ritualurile inspirate de natură s-au denaturat sau au dispărut, iar legătura noastră cu natura e slăbită. În consecință, sufletele, atît cel individual, cît și cel colectiv, au devenit slabe și, în ciuda marilor noastre averi și „puteri", multe societăți tradiționale ne consideră cei mai triști oameni de pe Pămînt.

Readucerea sufletului, după cum ați putut sesiza din discuția noastră de pînă acum, deseori implică reconectarea de către șaman a pacientului la natură, astfel încît în el este restabilit echilibrul, iar spiritul său are un loc sigur, puternic și complet în care să se întoarcă.

În Japonia, o metodă este de-a însoți pacientul (sau a-i da instrucțiuni să meargă pe cont propriu) în natură, pentru a găsi și a lua legătura cu un anume copac care îl cheamă. Apoi, pacientul se așază cu spatele către copac și îi vorbește despre problemele și tristețile sale. Dacă pacientul ascultă cu atenție, spiritul copacului — marea poartă a naturii — îl va sfătui ce să facă și, în același timp, va lua și va transforma durerile sale, dîndu-i în schimb putere și spirit nou.

Aceasta seamănă cu descrierea lui Doris Rivera Lenz (din Capitolul 1) a peruvienilor care merg în natură ca să-și strige necazurile către zei. În Tuva, de asemenea, pacientul este sfătuit să facă o plimbare similară și să ducă o ofrandă la un altar în natură, în schimbul căreia spiritele îi vor aduce înapoi sufletul. În toate aceste cazuri, pacientul este profund cufundat în natură, una cu copacii și înconjurat de pacea naturii care, în sine, este dătătoare de vigoare și odihnitoare.

În Anzi, recuperarea sufletului este o practică similară, dar ușor diferită. Aici, șamanul va însoți pacientul la locația fizică în care sufletul a fost pierdut, pentru a găsi și aduce înapoi energia sa. Întotdeauna există o locație fizică în care a avut loc trauma, fie ea un punct negru unde a avut loc un accident auto sau o locuință legată de un abuz din copilărie: locul unde sufletul rămîne înlănțuit. Șamanul este capabil să aducă înapoi sufletul negociindu-i eliberarea cu spiritul locului respectiv; de asemenea, el îl atrage cîntîndu-i despre bucuriile care îl așteaptă la întoarcerea în trupul pacientului acum, că trauma s-a sfîrșit.

În negocierea cu spiritul locului, șamanul poate face o offerenda în schimbul sufletului sau, pur și simplu, să lase acolo flori. În Vest, avem o vagă amintire a legăturii dintre spirit și flori în practica de a pune buchete și coroane pe morminte sau la locul accidentelor în care a murit cineva. La nivel simbolic, și noi negociem pentru eliberarea sufletului și aducem ofranda spiritului locului.

Dacă spiritele naturii sînt satisfăcute de ofrandă și sînt asigurate că sufletul pe care ele îl protejează va fi tratat bine la întoarcere — și dacă sufletul însuși se simte iubit și în siguranță —, el va fi eliberat către pacient de îndată. Lenz comentează această practică din Anzi astfel:

> Cînd un copil cade brusc, de exemplu, sufletul său poate să iasă din trup și el se poate îmbolnăvi. Dacă aceasta se întîmplă, se face o ofrandă la locul căzăturii, pentru vindecarea copilului.
>
> Sînt multe feluri de a „chema sufletul". Puteți lua bucăți din hainele copilului și confecționa o mică păpușă, pe care să o decorați cu flori și orice îi place copilului, și să chemați sufletul în locul în care a avut loc sperietura. Mai puteți chema și folosi energiile ierburilor, un cuib de porumbel, pene, tutun, coca sau orice altceva ce ar putea fi de folos, dar, înainte de orice, cereți permisiunea de la Pachamama, spiritul Pămîntului. Dacă nu există un loc anume în care să fi început problema, mergeți la cel mai înalt munte sau la cel mai apropiat rîu și faceți ritualul acolo.

Mai există o abordare a recuperării sufletului care folosește flori, comună în țări diverse precum Mexicul, Haiti și Peru. În aceste tradiții se crede că uneori sufletul poate fi nu pierdut, ci doar dislocat, astfel încît vibrează înăuntrul și în afara trupului în același timp. Se poate întîmpla ca rezultat al unui șoc, atunci cînd evenimentele care au avut loc au „scuturat" modul

în care vedem lumea și au subminat tot ce credeam a fi adevărat — făcîndu-ne și spiritul să se clatine. Este ca și cum nu mai avem de ce să ne agățăm și tot echilibrul nostru este pierdut. Astfel de șocuri pot crea traume, însă dacă sufletul este prins suficient de repede, forțat să intre înapoi în trup, stabilizat acolo astfel încît echilibrul să fie refăcut, vindecarea are loc înainte de apariția unei răni mai profunde.

O metodă de a face aceasta este prin înfășurarea strînsă a pacientului în pături sau cearșafuri, astfel încît sufletul să fie împins înapoi în trup și păstrat acolo.*

În interiorul păturilor sînt puse petale de flori, care pot fi și presărate pe pacient și în jurul său. Pe cînd pacientul stă lungit în coconul său mirosind dulce a flori ce alină sufletul, șamanul îi cîntă și îi șoptește cît de frumoasă este lumea și cît de iubit și de dorit este de oamenii săi. Se mai pot pulveriza asupra sa și parfumuri și esențe de flori, aromele lor ancorînd amintirea cuvintelor dulci pe care le aude și a rugăciunilor pentru sufletul său către spiritele naturii. Apoi pacientul este lăsat acolo puțin, în căldura blîndă a soarelui răsărind, înainte ca șamanul să-l despacheteze, urîndu-i bun venit acasă, într-o nouă posibilitate de a trăi; o renaștere prin flori.

O altă metodă este cea relatată de vindecătorul mexican don Abraham, care vorbește despre planta *alta miza*, folosită pentru a bate ușor pacientul în scopul de a „vindeca traume, de a face o regresie... Alta miza îți prinde spiritul și te duce în urmă... pînă ajungi la locul care doare. Și atunci, ea te pune în fața durerii. Și tot ea va vindeca durerea".

Această procedură este similară cu folosirea amazoniană a *chacapa,* pentru îndepărtarea energiilor negative și refacerea spiritului pacientului (după cum am văzut mai devreme în acest capitol). În ambele cazuri, plantele sînt cele care, în mod direct, oferă vindecarea. Interesant de știut că *alta miza* este *iarba fetei* (*chrysanthemum parthenium*) care de multă vreme e respectată pentru proprietățile sale de vindecare și purificare și care a fost plantată pe scară largă în Anglia din vechime, cu credința că va purifica aerul și va opri răspîndirea ciumei. Gerard a spus despre ea că „purifică, curățâ, drenează, deschide, face tot ce pot face lucrurile amare". (Amintiți-vă și de comentariul lui Loulou Prince despre ierburile amare ca mijloc de purificare a sîngelui și reechilibrare a energiilor).

---

* Aceasta poate fi și originea înfășării copiilor, oamenii recunoscînd din vechime faptul că sufletul unui copil este mai puțin atașat de trupul său fizic și are nevoie să fie ținut locului pînă cînd copilul a „crescut în sine" și a devenit stabil în trupul său.

Știm acum, datorită muncii lui Backster și a altora (Capitolul1), că plantele au o afinitate cu ființele umane, că ele ne știu durerea și că intenția lor este de a iubi și de a vindeca. Simplul fapt de a fi aproape de ele și de cîmpurile lor energetice poate fi suficient pentru a chema înapoi sufletul.

STUDIU DE CAZ: RECUPERARE A SUFLETULUI CU SPIRITELE PLANTELOR

Cînd părți pierdute din suflet sînt readuse la un pacient, amintiri vechi, uneori de mult uitate, pot reieși la suprafață, deoarece energia care le păstra, reprimată din cauza traumei evenimentului sau șocului, este întoarsă înapoi. Aceste amintiri pot fi parte a procesului de vindecare și, uneori, duc la revelații de sine stătătoare.

Howard ne povestește o experiență în care un mesaj de la plante a deschis unei cliente o poartă către amintiri ascunse. Aceasta, la rîndul său, a condus la redeschiderea de către poliție a unui caz de crimă vechi de 41 de ani.

După o sesiune de recuperare a sufletului, Joanne m-a sunat consternată, deoarece anumite amintiri îi reveneau și îi cauzau disconfort. Am făcut pentru ea o călătorie șamanică (vezi Capitolul 1) și m-am pomenit în orășelul Bradford din nordul Angliei, pe o străduță dintre acelea de modă veche. În jurul meu era un miros puternic de lavandă, pe care l-am recunoscut a fi de la ceara pentru lemn, un miros pe care nu-l simțisem de ani de zile. L-am inspirat și atenția mi-a fost atrasă spre un mic magazin din apropiere, în care am și intrat. Sursa mirosului de lavandă era lustrul de pe podeaua de lemn și de pe dulapuri. Am mai fost izbit și de o aromă de ierburi și condimente. În magazin era un bărbat subțirel, dar cînd m-am uitat mai de aproape, am văzut că era o femeie deghizată în bărbat. Am urmat-o în stradă și afară am văzut-o pe Joanne copil, care era ținută de mînă de către bunica ei. Bunica avea atitudinea cuiva care „stă de șase“, pîndește să nu apară vreo persoană.

În toată această vreme, eu îi povesteam Joannei călătoria și, cînd m-am întors în „aici și acum“, ea trăia o stare de ușurare și de tristețe. Mi-a spus că știe că e adevărată călătoria mea din momentul în care i-am descris acel miros de ceară de lustruit de modă veche, cu aromă de lavandă și pe cel al mirodeniilor. Era conștientă că evenimentul se întîmplase — că mama ei era acea femeie îmbrăcată ca un bărbat și că mersese la magazin să o ucidă pe proprietară.

După cîteva zile, Joanne m-a sunat să-mi spună că mai multe amintiri din acea vreme ieșiseră la suprafață. Ea își amintise motivul crimei: proprietara magazinului dădea bani cu camătă, iar mama Joannei avea o datorie mare la ea. Mi-a mai spus că s-a dus la poliție, care a redeschis cazul în baza celor spuse de ea. Totuși, din cauză că mama ei era bolnavă grav, cazul nu a putut fi urmărit eficient, iar poliția a decis să nu o pună sub acuzare.

Joanne a mers să-și vadă mama, care se apropia de sfîrșitul zilelor ei, și i-a spus: „Mamă, știu că tu ai făcut-o, știu că tu ai omorît-o.“ Mama ei nu putea vorbi, dar a început să plîngă. Secretul era dezvăluit. Aceasta a fost o adevărată confesiune pe patul de moarte, care, în ultimul moment, a împăcat-o pe Joanne cu mama sa. La puțin timp după aceasta, mama a intrat în comă și a murit.

Întreaga poveste m-a mișcat. Frumusețea ei a fost că Joanne a putut, în sfîrșit, să se detașeze de secretul dureros și să-și continue viața. Am fost atins și de faptul că mama ei a putut pînă la urmă să se despovăreze, în momentul de dinaintea morții. Una dintre calitățile magice ale acestei recuperări de suflet a fost modul în care spiritul lavandei mi-a ieșit în întîmpinare și m-a atras către locul în care trebuia să ajung pentru ca vindecarea să se poată înfăptui.

Ca notă de final, mai tîrziu Joanne mi-a trimis cîteva articole din ziare despre crimă și am fost șocat cînd m-am uitat la fotografiile magazinului — era exact cum îl văzusem în călătoria mea.

Recuperarea sufletului nu este un proces „dintr-un foc“; eu o văd ca pe începutul unui proces ce duce la integrarea sau unificarea forței vitale. Din acel loc, o persoană poate să se miște mai departe în propria viață, cu o vigoare reînnoită și cu pasiune.

PROTECȚIA ÎMPOTRIVA PIERDERII SUFLETULUI

> A primi inițiere înseamnă, cu adevărat, să te extinzi în toate direcțiile, în gloria stejarilor, munților, ghețarilor, cailor, leilor, ierburilor, cascadelor, căprioarelor. Avem nevoie de sălbăticie și de extravaganță. Orice îl separă pe om de aceste lucruri îl va omorî.
>
> ROBERT BLY

O acțiune pe care o recomandă fiecare sistem spiritual în vederea întăririi și protejării sufletului este timpul petrecut de unul singur în natură. În anumite culturi, aceasta a fost rafinată într-un proces psihospiritual cunoscut drept „vision quest“ — căutarea viziunii, sau „sitting out“ — statul afară.

Esența e simplă. Învățăcelul merge în natură pentru a găsi un loc în care nu va fi deranjat pentru o vreme — fie de ordinul orelor (deseori peste noapte, în forma unei veghi), fie de ordinul zilelor (de obicei patru zile) — și se angajează să stea acolo, indiferent ce s-ar întîmpla. El intră în acest loc cu o întrebare în minte: „Cine sînt eu?“ sau „Încotro mă va duce acum viața?“. Ia cu sine cît mai puține lucruri din lumea materială — eventual, doar o sticlă cu apă — și, de obicei, trece printr-o purificare (ceremonie a băii cu aburi sau purificare cu fum) și ține post înainte de a-și începe căutarea.

Călătoria în natură este o plimbare a atenției; astfel, el permite locului perfect pentru viziunea sa să-l cheme. Cînd găsește locul, îl purifică folosind fum și apoi va forma un cerc protector din pietre în jurul său. Va sta acolo tăcut, observînd natura pentru a primi de la ea răspunsuri la întrebările sale, cunoscînd faptul că natura este vie și ne vorbește și că, dacă încetinim totul pînă ajungem la ritmul ei, vom găsi toate răspunsurile de care avem nevoie.

Nu se iau notițe și nu au loc alte distrageri ale sinelui. Învățăcelul doar stă și este atent la semne. Forma unui nor, zborul unei păsări, vizita unei vulpi la miezul nopții, vîntul în copaci, mirosul pinilor — toate acestea ne pot da răspunsuri, dacă ne eliberăm mințile pentru a le primi și dacă le lăsăm să vorbească sufletelor noastre.

Pentru aceia dintre noi crescuți în ritmul haotic al culturii vestice, cu toate îndepărtările sale față de suflet, prima reacție la acest regim autoimpus de stat în liniște este adeseori iritarea. Simțim că e nevoie „să facem“ mai mult decît „să fim“. O astfel de iritare este sănătoasă, este spiritul care se eliberează de toxine și mintea care se relaxează într-un ritm mai puțin artificial.

Apoi, după un timp, învățăcelul intră într-o stare de unitate cu natura, ochii i se deschid și vede adevărul despre cine este el și despre ce este vorba cu adevărat în lumea aceasta.

Iată cum Richard, unul dintre elevii lui Ross, își descrie căutarea viziunii:

Recent, am trecut prin prima mea Căutare a Viziunii și m-am gîndit să împărtășesc cîteva dintre experiențele și gîndurile mele. În primul rînd, cumva am „știut" că se va întîmpla la o anumită dată, deși vremea a fost umedă și rece (buna și bătrîna vreme englezească!), atît înainte cît și după, astfel încît începusem să mă întreb dacă sentimentul este real. Pur și simplu, am avut sentimentul interior că este în regulă și trebuie să am încredere în ceea ce se va întîmpla, de parcă aș fi stabilit o întîlnire care implica mult mai mult decît propria mea persoană, iar acum nu aveam de ales decît s-o onorez.

De asemenea, postul mi s-a părut mult mai ușor decît m-am așteptat. Îmi place mîncarea și n-am stat niciodată prea mult fără să mănînc, dar postul mi s-a părut ușor și m-a ajutat să mă concentrez și să planific pentru căutarea mea.

Locul pe care l-am ales este pe vîrful unui deal din mijlocul ținutului Mendips, cam îndepărtat pentru Anglia, expus vremii, însă o locație fantastică pentru a sta și a gîndi. A fost alegerea cea mai bună pentru noapte.

Mi-am construit cercul de pietre și m-am îmbăiat în fum pe mine și împrejurimile, apoi m-am liniștit. După ceva timp în care m-am așezat comod, am început să-mi încetinesc ritmul, să-l apropii de ritmul inimii planetei. Singurul sentiment rămas în mine era cel al conexiunii mele cu Pămîntul însuși.

Îmi e destul de greu să explic, dar, cum stăteam liniștit acolo și priveam soarele apunînd la Vest, și știam că am să îl văd răsărind din Est, jur că am simțit Pămîntul rotindu-se în spațiu, cu mine stînd acolo sus, pe deal. Sentimentul de conectare a devenit foarte puternic și mi-am dat seama cît de afectați sîntem de natură: atracția lunară, lumina soarelui pe trupurile noastre, ploaia și norii, totul.

E un lucru uimitor pentru cineva care trăiește într-o societate care operează 24/24, fără schimbări, care ne îndepărtează din ce în ce mai mult de căile naturale. A fost o revelație, și am luat cu mine această lecție, iar acum caut să fiu conștient de ciclurile lunare, de vreme și anotimp, de felul în care ne afectează pe toți.

Am primit și mesaje de la vietățile din jur care au confirmat întrebările cu care am venit și, cînd am coborît de pe deal, la finalul căutării, m-am

simțit din nou conectat cu pulsul planetei, adevăratul ceas de la care am fost îndepărtat atîta vreme. A fost o experiență uimitoare și foarte puternică, și încă este și acum, după ce au trecut două săptămîni.

Nu există protecție mai mare pentru suflet decît statul în natură. Prin puterea experiențelor și înțelegerilor de acolo, vedem cît de triviale sînt meschinele noastre griji umane și cît de fără sens este lupta pentru statut social și control din orașele noastre. Și, de îndată ce vedem aceasta, înțelegem cum putem face alte alegeri, astfel încît să nu ne mai punem sufletele în pericol. Natura, lumea cea adevărată de dincolo de umbre ne va învăța, dacă o ascultăm.

Învață-ne să ne pese și să nu ne pese
Învață-ne să stăm tăcuți.

T.S. ELIOT

Următoarele exerciții sînt o introducere în vindecarea sufletului.

Îndepărtarea intruziunilor din trup

Multe tradiții șamanice cred că toate părțile trupului nostru au cîte o energie spirituală specifică. Toate spiritele individuale, puse laolaltă, compun sufletul. Indienii *Sora*, de exemplu, spun că forța noastră vitală este născută în inimă și distribuită de sînge, astfel încît atinge toate părțile trupului.*

Pentru populația *Wana* din Celebes, energiile noastre spirituale sînt în fontanelă, în ficat și în alte organe interne. În Mongolia, fiecare parte a trupului are propriul său *ezhin* sau organizator spiritual, iar pentru șamanii *Cuna* din Panama, fiecare parte a corpului are spiritul său. Astfel, în toate aceste tradiții, o durere fizică este un mesaj de la suflet, aducîndu-ne

---

* O legătură interesantă între această credință și cercetarea științifică recentă este faptul că aproximativ 65% din celulele inimii sînt celule nervoase (neurale).

Potrivit lui Stephen Harrod Buhner în *The Secret Teaching of Plants*, „ele sînt de același fel cu cele din creier și funcționează similar... de asemenea, au conexiuni directe cu un număr de zone ale creierului și produc un schimb de informații fără intermediari cu acesta". Cu alte cuvinte, simțim și înțelegem lumea atît cu inima și emoțiile, precum și cu mentalul.

informații despre problemele spirituale sau emoționale mai adînci pe care le purtăm în noi.

Dacă vă relaxați cu ochii închiși și vă scuturați trupul, se poate să deveniți conștienți că un membru, un organ sau o anume parte a trupului vă cheamă atenția. Dacă se întîmplă așa, călătoriți în acea parte a trupului și ascultați mesajul din spatele durerii. Ce încearcă ea să vă spună? Care este conținutul emoțional din spatele durerii fizice? Este un mesaj de la spirit în legătură cu modul în care viața v-a afectat. Spiritul ar putea să vă dea sugestii despre ce puteți schimba ca să evitați pe viitor o astfel de durere.

Energie-durere este o formă de intruziune spirituală. În călătorie, vedeți-o ca pe o ființă-imagine și observați cum vă apare și ce vă spune. Sînt informații folositoare, care vă vor duce către un nivel mai profund de înțelegere.

Există un moment și un loc în care intruziunea a intrat în trupul dumneavoastră. Cînd și unde s-a întîmplat? Dacă puteți, vizitați această locație în realitatea fizică (dacă nu, călătoriți la ea folosindu-vă imaginația activă) și, odată ajunși acolo, întrebați acea parte a trupului cum să îndepărtați această energie, acum că i-ați auzit mesajul vindecător.

Ființă-spirit poate avea o cerere, poate un ritual sau o ceremonie offerenda. Sau poate vi se va spune, simplu, să vă folosiți respirația pentru a sufla energia în Pămînt. În oricare dintre cazuri, cînd ați încheiat acțiunea de vindecare, mulțumiți-i energiei intruzive pentru informațiile pe care vi le-a dat și lăsați flori la locul în care ați returnat-o.

Cînd ajungeți înapoi acasă, faceți o baie călduță cu trei linguri de sare și o limetă tăiată felii în ea. În aproape fiecare cultură a lumii, sarea și lămîia se folosesc pentru a tăia vrăjile, ele îndepărtează orice energii reziduale și durerea din trup. Dacă aveți petale de filimică (gălbenele), puneți-le pe suprafața apei de baie, pentru a vă înviora sufletul.

Reîntoarcerea energiei în suflet

Acesta e un exercițiu pentru a recăpăta energii pe care le-ați pierdut și pentru a regăsi conexiunea cu Pămîntul. Închideți ochii și, cu mintea liniștită, vizualizați-vă în picioare la intrarea într-o pădure mare. Cînd intrați în ea, vă veți găsi pe un culoar de copaci la capătul căruia se află o sursă de lumină. Este lumina zilei din lumea cealaltă. Mergeți spre ea, intrînd în tărîmul naturii. Uitați-vă împrejur după un rîu, un pîrîiaș sau o altă apă dulce curgătoare. Urmăriți firul apei pînă la izvor, iar acolo vă veți întîlni planta-aliat,

în forma unui spirit-învățător. Cereți-i să vă îndrume spre locul în care părțile sufletului pierdute de-a lungul anilor, din cauza impactului vieții asupra spiritului, așteaptă să se reîntoarcă la dv.

Cînd întîlniți aceste părți de suflet, ele vă pot apărea ca simboluri, ca senzații sau sub forma unor copii sau a unor imagini ale dumneavoastră mai tînăr(ă) și poate veți vedea circumstanțele care au dus la pierderea lor. Întrebați-le despre ele, ce le-a adus acolo și ce acțiuni puteți întreprinde pentru a vă asigura că sînt fericite, în siguranță și că nu vă vor mai părăsi din nou. Dacă așa vi se comunică, promiteți-le că veți întreprinde acele acțiuni de autovindecare și protecție. Apoi, cînd sînteți pregătiți, îmbrățișați aceste părți de suflet și întoarceți-vă pe același drum, la starea obișnuită de conștiință. Cu brațele încrucișate de-a latul pieptului, simțiți-le energia circulîndu-vă în trup.

În următoarele cîteva zile, beți ceaiuri (dimineața și seara) făcute din ierburi blînde, ca mușețelul și hameiul, și observați experiențele neobișnuite, inclusiv reverii și vise care sînt pline de înțelesuri pentru dumneavoastră. Energia pe care ați readus-o are propriile sale amintiri și propria sa conștiință și vi le va comunica, oferindu-vă o mai bună înțelegere a propriei persoane pe măsură ce vă reîntregiți. Puteți folosi o *bila* sau o pernă de vise (vezi Capitolul 2) pentru a amplifica mesajele de la propriul suflet.

Eliberarea părților din sufletele altora

Poate că păstrăm părți de suflet sau energie ale altor persoane, chiar dacă ele nu mai fac parte din viața noastră. Se poate întîmpla, de exemplu, cînd se termină o legătură amoroasă: chiar dacă persoana iubită a plecat, încă mai simțim că ea este prezentă, că ne „bîntuie“ gîndurile. Continuăm să ne comportăm într-un mod care i-ar face plăcere (sau ar răni) acea persoană, deși nu mai avem nimic de dovedit.

Aceasta se mai poate întîmpla cînd o persoană apropiată moare și ne simțim de parcă și o parte din noi a murit cu ea; trăim într-o tristețe permanentă și, din nou, viețile noastre nu ne mai aparțin cu totul. În acest fel, le dăm altora o parte din puterea noastră, iar energia lor continuă să ne ghideze și să ne controleze.

Pentru a explora aceasta, relaxați-vă și călătoriți din nou în pădure (ca în exercițiul anterior), pentru a vă întîlni spiritul aliat și a-i cere să vă arate energiile altora care încă sînt parte din dumneavoastră. Acestea vă pot apărea ca o imagine a persoanei și s-ar putea să vă surprindă faptul că părțile de

suflet care vă sînt arătate sînt ale unei persoane pe care, conștient, credeați că ați eliberat-o de mult.

Acum că vedeți această energie, vorbiți cu aliatul și cereți-i să vă arate circumstanțele în care ați fost înclinați să trageți putere de la altă persoană și să o lăsați să vă intre în suflet. Care a fost nevoia pentru care ați făcut asta? Cum puteți controla tendința cît mai bine, astfel încît să vă alimentați cu energii mai benefice, din alte surse?

Cînd sînteți gata să vă întoarceți, adunați aceste părți de suflet ca mai înainte și reveniți la realitatea ordinară.

Pentru a da înapoi energia pe care o reținuserăți, scrieți numele persoanei căreia îi aparține. Puneți cît mai multă concentrare și intenție în această scriere, astfel încît energia să curgă precum cerneala din stilou, pe hîrtie. Cînd sînteți gata, împăturiți hîrtia cu numele spre interior, și scrieți de-a latul ei „Îți dau drumul"; apoi împachetați-o în flori, legați-o cu o panglică și duceți-o în natură, unde puteți s-o lăsați la baza unui copac sau s-o puneți pe o apă curgătoare. Odată acestea făcute, întoarceți-vă și plecați fără să vă uitați în urmă.

Căutarea viziunii

În termeni simpli, Căutarea Viziunii (Vision Quest) este o metodă de întărire a spiritului prin conexiunea cu Pămîntul, ordinea naturală și fluxul Universului. Începeți cu o întrebare în minte, ceva ce vreți ca spiritului naturii să clarifice pentru dumneavoastră. Orice întrebare la care aveți nevoie de răspuns este bună. Apoi aveți grijă ca, într-un anume moment și loc din natură, să țineți o veghe de noapte pentru a găsi răspunsul căutat.

Ajungeți acolo în prima zi înainte de apus și purificați-vă spațiul. Stați în acel loc pînă la apusul zilei următoare. Nu luați cu dumneavoastră nimic ce ar putea să vă distragă. Fiți foarte atent la natură și la procesele dumneavoastră interioare, stînd tăcut, cu o minte goală, deschisă și receptivă. Cînd vine momentul să plecați, eliberați-vă locul lăsîndu-l exact cum era cînd ați venit și mulțumiți spiritelor pentru că au fost cu dumneavoastră.

Reflectați asupra informațiilor primite și fiți atent la vise vreme de circa o săptămînă, înregistrîndu-le într-un jurnal de vise (din nou, puteți folosi o pernă pentru vise pentru a vă asista în proces — vezi Capitolul 2). La sfîrșitul acestei perioade, scrieți-vă notițele. Ce ați învățat din căutare și cum vă simțiți acum sufletul?

5

PUSANGAS ȘI PARFUMURI: AROME PENTRU DRAGOSTE ȘI REÎNTREGIRE

> Dintre toate simțurile, cu siguranță nici unul nu este mai misterios decît mirosul... Efectele sale asupra psihicului sînt atît largi, cît și adînci, simultan evidente și subtile.
>
> DAN McKENZIE

Minunatele arome derivate din flori și ierburi au fost mereu folosite pentru vindecare. Chiar și cuvîntul parfum vine din latinescul „per fumer" — „prin fum", o referire la folosirea sa rituală în ceremoniile pentru întîlnirea zeilor sănătății și profeției.

Mirosul este cel mai puternic dintre simțurile omului. Mulți își pot aminti mirosuri din copilărie, la cincizeci, șaizeci sau chiar mai mulți ani după, iar cercetătorii au dovedit că, la un an după ce oamenii întîlnesc o aromă nouă, 65% încă și-o amintesc cu acuratețe. Prin contrast, memoria vizuală scade la 50% după numai trei luni.

Deoarece simțul mirosului este gestionat de sistemul limbic, care de asemenea ne controlează emoțiile, mirosul evocă sentimente și amintiri, astfel încît nu-l experimentăm doar pe acesta, ci și o stare emoțională asociată cu el. Chiar dacă nu recunoaștem un parfum și nu-l putem numi, putem să răspundem emoțional la el.

Și totuși, aromele, în ciuda calităților lor, sînt invizibile, efemere, parte a lumii nevăzute. Din aceste motive, șamanii le privesc ca pe ființe-spirit, capabile să creeze sentimente, să schimbe starea de spirit, să schimbe cursul vieții, să producă vindecare, să schimbe norocul cuiva, precum și să aducă beneficii practice și tangibile. Există arome pentru a aduce înapoi un iubit, de exemplu, pentru îmbogățire sau pentru cîștigarea proceselor, pentru a

vă transforma într-un amant mai potent și mai plin de succes. Toate aceste formule și efecte fac parte din arsenalul șamanilor care lucrează cu aromele, *perfumeros*, și care și-au făcut aliați dintre aceste plante vindecătoare și aromatice.

FASCINAȚII AROMATE

Fascinația noastră pentru parfumuri a început cu multe mii de ani în urmă, odată cu arderea plantelor aromatice împreună cu cleiuri și rășini, pentru a crea tămîia care a fost folosită din considerente atît practice, cît și rituale: pentru unirea cu lumea naturală în scopul de a spori eficiența vînătorii, cît și pentru chemarea „stăpînului animalelor" în scopul de a cere belșug de vînat și protecție în timpul vînătorii.

Dovezile antropologice arată că între 7000-4000 î.Hr., strămoșii noștri combinau ulei de măsline și ulei de susan cu plante și flori, făcînd primele unguente. Unii antropologi speculează că primii vînători, avînd corpul acoperit cu mirosul plantelor aromatice pentru a-și masca propriul miros și a atrage vînatul, au observat proprietățile vindecătoare ale plantelor aplicate pe rănile căpătate la vînătoare, iar aceasta a condus la producerea unguentelor și a balsamurilor. Alții cred că femeile sînt primele care au început să exploreze efectele diverselor arome, pe măsură ce le-au întîlnit în plantele pe care le adunau și cu care lucrau. Care a fost ordinea nu este relevant, deoarece ambele căi de a învăța ne-au marcat progresul în folosirea aromelor.

Știm din surse istorice că în anul 2697 î.Hr., un grup de cunoscători ai leacurilor din plante era cu siguranță bine stabilit în Orient și citim în *Tratatul de Medicină Internă al Împăratului Galben* despre multele utilizări ale ierburilor aromatice.

Cît despre Occident, David Hoffmann, în a sa *Welsh Herbal Medicine,* discută prepararea și folosirea populară a *meddyginiaeth* — „leacuri naturale" — de către *gwyddoniaid* — oameni de cunoaștere, strămoșii druizilor. Ele datează cel puțin de la 1000 î.Hr. În 430 î.Hr., în Țara Galilor, textul druidic *The Laws of Dynwal Moelmud* arată că leacurile din plante erau foarte respectate, protejate și încurajate de stat, comerțul, vindecarea și navigația fiind cunoscute drept „cele trei arte civile".

Una dintre utilizările populare interesante ale ierburilor aromatice aparținînd acestor tradiții era practica „îngropării bolilor" sub plante aromatice. Mîncătorul de păcate Adam, de exemplu, își punea pari de lemn în grădină, sub care îngropa un os de animal cu numele pacientului gravat pe el. Apoi

planta anumite flori sau ierburi deasupra acestor „morminte“, în funcție de natura bolii pacientului: cimbru pentru răceli și febră; rozmarin pentru letargie; pătrunjel pentru purificarea sîngelui; iar gălbenelele, printre alte virtuți mai spirituale, pentru ușurarea problemelor pielii și a inflamațiilor.

Toate aceste plante pot fi folosite de un fitoterapeut din zilele noastre pentru a vindeca aceleași probleme, fie sub formă de ceaiuri, fie ca alifie, însă ceea ce conta în practica populară era legătura energetică sau simpatetică dintre plantă și pacient (reprezentat prin numele de pe os). În fiecare dimineață, Adam mergea în grădină, șoptindu-le plantelor și zdrobindu-le cîteva frunze între degete. Pe măsură ce aroma era eliberată, fiecare astfel de emanație zilnică îndepărta încă puțin din boală, pînă cînd pacientul era vindecat. Ca în toate practicile șamanice, plantele erau considerate nu substanțe medicinale, ci aliați spirituali ce aduceau vindecare trupului.

Taoiștii chinezi credeau că aroma unei plante este sufletul său, credință adoptată ulterior și de creștinii gnostici din anii 100-400 d.Hr., pentru care aroma era spiritul plantei și o poartă către marele suflet al lumii. În ceremoniile lor legate de moarte, cadavrul era spălat cu parfum și în jurul lui se ardea tămîie, pentru ca sufletul decedatului să se amestece cu aromele și, prin ele, să-și găsească drumul spre Dumnezeu.

Totuși, egiptenii sînt cei mai legați de parfumuri și cei ce au lăsat cele mai multe dovezi ale fascinației lor pentru atributele mistice ale aromelor. Manuscrise precum *Papyrus Ebers* (1550 î.Hr.) descriu utilizările plantelor soc, aloe, canabis, pelin. Altele, mai de demult, înregistrează folosirea ierburilor în tămîia templelor, uleiuri și unguente. Egiptenii foloseau scorțișoară pentru ungerea trupurilor celor vii, de exemplu, și mir — considerat mai prețios decît aurul — pentru îmbălsămarea morților.

Frescele precum cele din templul din Edfu arată distilarea parfumului din crini albi. Altele ilustrează folosirea conurilor aromatice ca ornamente pe capetele dansatoarelor din templu. Conurile se topeau în păr și își eliberau aromele pe cînd fecioarele dansau pentru faraoni și zei. Egiptenii își sfințeau templele cu cuburi de tămîie făcute din plante aromate, clei de copaci și miere. Cea mai timpurie folosire a sticlelor de parfum este tot egipteană și datează de pe la 1000 î.Hr.

Un alt uz al aromelor era în bomboanele înmiresmate numite *kyphi*, cuvînt care înseamnă „bine ați venit la zei“. Substanța mistică era mîncată în templele lui Ra pentru a induce stări de transă. Prin „audiența la zei“ facilitată de aceasta, rezultau vise tămăduitoare — despre care se spunea că sînt cel mai puternic tratament pentru tristețe — și o alinare a sufletului.

Mulțumită lui Dioscorides (40-90 d.Hr.), un medic grec care a studiat medicina în Egipt și a scris o lucrare în cinci volume, *De Materia Medica*, asupra „preparării, proprietăților și testării medicamentelor", încă avem rețeta pentru *kyphi*. Ingredientele, amestecate mai mult sau mai puțin după gust, sînt stafide tocate, miere, obligeană, trandafir, lămîiță, cyperus, mir, ambră și vin. Acestea erau adăugate pe rînd (începînd cu stafidele) și lăsate să se opărească înainte ca amestecul să fiarbă și să scadă pînă cînd ajungea o pastă, care era rulată în biluțe și mîncată în mod ritual.

Cunoașterea și înțelegerea plantelor și ierburilor, și nu doar a aromelor, a fost extrem de bine dezvoltată în Egipt. Este un fapt puțin recunoscut de știința medicală modernă, deși unele dintre „propriile" sale tehnici se bazează pe el. Un exemplu este testul de sarcină. Egiptenii erau capabili să determine dacă o femeie este sau nu însărcinată, precum și sexul fătului, prin cufundarea unor săculeți de grîu și orz în urina femeii. Creșterea ambelor plante era accelerată dacă urina conținea hormoni caracteristici sarcinii. Mai mult, dacă orzul creștea mai repede, însemna că fătul este fetiță; iar dacă grîul creștea mai repede, anunța un băiat.

Prin contrast, oamenii de știință moderni au „descoperit" testul de sarcină folosind urina abia în 1926 și au „dezvoltat" testul grîu-orz abia în 1933.

LUMEA AROMEI MAGICE

Dar folosirea aromelor pentru chemarea zeilor nu a fost limitată la China și Egipt. Prin experiență și independent unele de altele, un număr mare de culturi au dezvoltat convingerea că mirosurile frumoase deschid calea către o altă lume.

Evreii le foloseau în ceremoniile religioase și pentru a iniția preoții, uleiul lor consistînd în mir, scorțișoară și calamus, amestecate cu ulei de măsline. Grecii antici credeau că parfumul este dat de zei și că aromele dulci erau modul în care zeitățile își făceau cunoscută prezența. Fiecare plantă conținea magie. Ei foloseau cuvîntul *aromata* pentru a descrie utilizarea aromelor, fără să facă distincție între parfumurile medicinale și mistice, între tămîie și doctorii sau între utilizările spirituale și cele pragmatice. Laurul, de exemplu, făcea parte din bucătăria greacă, dar era folosit și de preotesele oracolului din Delphi, care stăteau în fumul său, cu capetele acoperite, pentru a intra în lumea cealaltă și a permite spiritelor să vorbească prin ele în timpul divinațiilor. Și în India, în ceremoniile de profetizare, clarvăzătorii numiți

dainyals își acopereau capetele cu țesături și se înconjurau cu fum de cedru, a cărui aromă îi trimitea în transă, cîntînd.

Plantele aromatice au fost folosite pe scară largă și în Europa. În Evul Mediu, Hildegard von Bingen (1098-1179) a fost o ambasadoare a legăturii dintre religie și spiritul vindecător al plantelor. Stareță și pasionată de botanică, Hildegard este considerată inventatoarea apei de lavandă, pe care o considera cu adevărat divină.

„Apa carmelitelor", apărută tot în această vreme, oferea un „tratament miraculos" pentru boli spirituale precum melancolia (privită ca o formă de pierdere a sufletului) și pentru îmbunătățirea puterilor minții și viziunii. Călugării care au produs apa carmelitelor au păstrat secretul formulei, dar acum știm că era bazată pe roiniță (plantă considerată un „comunicator spiritual") și angelica (ce era în aceeași măsură eficientă contra spiritelor rele și a bolilor infecțioase, ambele în forma intruziunilor spirituale — vezi Capitolul 4).

O altă plantă folosită pentru protecția spirituală în Evul Mediu era *ruta graveolens*, care dădea și darul „celei de-a doua vederi". Într-adevăr, ruta graveolens era considerată atît de puternică împotriva pierderii sufletului și a melancoliei, încît a fost numită după cuvîntul grecesc *reus* („a elibera") și a fost folosită în multe farmece și formule de către mîncătorii de păcate care o cunoșteau sub numele *gwenwynllys* și o foloseau ca antidot în otrăviri — atît fizice, cît și spirituale.

Totuși, Franța e cea care a devenit liderul Europei în folosirea terapeutică a aromelor. Termenul aromaterapie, de fapt, a fost inventat în 1928 de francezul Rene Maurice Gattefoss, un chimist al cărui interes pentru uleiurile esențiale a fost stimulat cînd, arzîndu-și mîna într-un accident de laborator, a băgat-o într-un vas cu ulei de lavandă pentru a-și răcori arsura. Rana s-a vindecat în cîteva zile, mai repede decît s-ar fi putut cu oricare dintre tratamentele disponibile în acea vreme. Gatefoss a fost inspirat și, din acea zi, a început să experimenteze cu uleiuri esențiale și arome.

El i-a inspirat și pe alții, inclusiv pe Jean Valnet, un doctor francez care a lucrat ca chirurg militar în cel de-al Doilea Război Mondial și care a găsit că uleiurile esențiale de cimbru, cuișoare și lămîie sînt la fel de eficiente în tratarea rănilor și arsurilor. Mai tîrziu, el și-a extins munca legată de arome, folosindu-le cu egală eficiență la tratarea problemelor psihiatrice. Valnet a continuat prin a scrie o carte despre descoperirile sale, *Aromatherapie* în Franța, și *The Practice of Aromatherapy: A Classic Compendium of Plan Medicines and Their Healing Properties,* în traducere engleză.

Astăzi există peste 20.000 de arome comercializate pe piață, iar numărul noilor apariții anuale a crescut de mai mult de patru ori față de 1973. Asociațiile vechi de cînd lumea dintre mirosuri plăcute, un suflet sănătos și chemările vizionare ale parfumurilor către și de la zei nu au fost uitate nici în aceste vremuri.

International Flavors and Fragrances Inc. este un producător de parfumuri dintre cei mai mari, cu venituri de circa 300 milioane de dolari pe an. Și totuși, Sophia Grojsman, parfumierul companiei, spune că inspirația ei pentru noi parfumuri vine din vise, imagini, culturi și practici antice și din lumea naturii. „Cînd creezi un parfum", spune ea, „trebuie întotdeauna să ai o imagine în minte." Intenția ei, ca și aceea a vindecării șamanice, este de a produce echilibru: „Parfumeria e în strînsă legătură cu muzica... O aromă care nu este bine echilibrată nu este nici bine acceptată."

PUSANGA, MIREASMA DRAGOSTEI: INTERVIU CU DOI PERFUMEROS

> ...O anume mireasmă solidă, răsărită din pămînt, trăiește întunecos în trupul meu. Te iubesc fără a ști cum, sau cînd, sau de unde... Te iubesc pentru că nu cunosc altă cale.
>
> PABLO NERUDA

Mireasma, bineînțeles, a fost de demult asociată cu arta dragostei. În Japonia, gheișele își tarifau serviciile în funcție de numărul de bețișoare aromate consumate în timp ce făcea dragoste, iar în ritualurile tantrice din India, bărbații erau unși cu ulei de santal, iar femeile cu iasomie, paciuli, ambră și mosc. De asemenea, șofranul era zdrobit și pus sub picioare. În Europa anilor 1700-1800, folosirea apei de colonie a devenit o modă larg răspîndită; în multe cămine, ritualul de dimineață începea cu aplicarea sa înainte de-a chema partenerul. Acest amestec de rozmarin, portocală chinezească, bergamotă și lămîie era folosit și intern, amestecat cu vin, mîncat cu zahăr, chiar și în clisme, pentru a reîmprospăta „sinele interior" și a curăța spiritul, astfel încît iubiții să se poată întîlni avînd „inima pură".

Dar poate că Peru este locul unde magia dragostei parfumate și-a atins cea mai înaltă îndemînare, în formularea așa numitei *pusanga*, la care deseori lumea se referă ca la „leacul de dragoste al Amazonului", deși este mult mai mult decît atît. Specialiștii în folosirea aromelor pentru schimbarea norocului și atragerea unei sorți bune sînt numiți *perfumeros*. Un astfel de

specialist este Artidoro Aro Cardenas. Altul este Javier Arevalo, un șaman ayahuasca pe care l-am mai întîlnit în această carte și care lucrează și cu aromele.

Artidoro, cum ai început să lucrezi cu parfumurile?

AAC: Povestea drumului meu în vindecare a început cînd l-am văzut pe cumnatul meu, care vindeca și cînta. Nu aveam nici o profesie, fiindcă părinții mei erau săraci. Aveam ca studii doar cinci clase primare și voiam să plec din locul unde trăiam, Parimarques pe rîul Ucayali, o zi mai jos de Pucullpa. Mă simțeam prins în capcană în acel *pueblo* (sătuc), împreună cu toți frații mei, săraci, bînd prea mult, cîștigînd o nimica toată. Așa că am plecat de acolo la Montana Tamaya, Alto Ucayali (Jungla Amazonului Superior). Aveam doar 17 ani.

Obișnuiam să stau și să-i privesc pe *curanderos* cum lucrează. Îmi plăcea să ascult despre ce vorbesc, cum își preparau leacurile, *canticos*-urile lor (cînturi similare cu icaros). Apoi am plecat pe cont propriu, adînc în junglă, să cunosc plantele puțin cîte puțin, să miros frunzele și rădăcinile diferitelor leacuri. Nu am avut un *maestro* de la care să învăț, așa că am ținut dietă cu plante de unul singur vreme de un an și jumătate, apoi m-am întors în oraș. Foloseam agua florida, *timalina*, *camalonga** și m-am dedicat studierii mirosurilor.

Cum folosești acum parfumurile ca să-i ajuți pe oameni?

AAC: La mine ajung oameni care vor să-i ajut cu probleme de familie, cînd femeia a fugit de la bărbat sau bărbatul a plecat departe de copii.

Presupunînd că femeia a plecat, folosesc pusanga ca s-o aduc înapoi, ca familia să se poată reconsolida. Eu chem spiritele pusanga ce lucrează pentru aceasta — plante pusanga cum sînt renaco, huayanche, lamarosa, sangapilla — și chem spiritul ei înapoi acasă.

Sau să spunem că mama este aici, iar tatăl a plecat departe. Îl trag înapoi, ca să se întoarcă acasă. În puțină vreme, el începe să se gîndească la soție și copii și revine. Nu-i nevoie să am plantele în fața mea, le chem spiritele. Îmi fac propriile parfumuri din plante, fără chimicale. Ele au mirosuri

---

* Plante amazoniene folosite în parfumuri.

minunate. Și cînt în timp ce aplic parfumurile pe copii și pe femeie. Apoi, bărbatul începe să se gîndească la ei sau să-i viseze.

Cum funcționează o astfel de magie a parfumului?

AAC: Un miros are puterea de-a atrage. Pot face mirosuri pentru atragerea succesului în afaceri, a oamenilor care cumpără. Doar îți freci fața cu el și el atrage oamenii către afacerea ta. Mai fac și parfumuri pentru dragoste și altele pentru înflorire*

Aceste plante sînt forțe ale naturii, ele conțin spirit. Eu sînt atent dacă acel spirit atrage: poate păsări viu colorate sau fluturi, poate alte animale diferite vin să se hrănească din ea.

O plantă care atrage păsări viu colorate va atrage și femei frumoase, o plantă care e populară și are mulți „clienți" va fi bună și pentru afaceri. Acestea sînt plantele pe care le folosesc ca să-mi ajut pacienții.

Javier Arevalo ne spune o poveste similară a începuturilor umile. Mai multe generații din familia sa au fost șamani și, la 17 ani, Javier știa că acesta îi va fi și lui viitorul; dar nu s-a întîmplat pînă la vîrsta de 20 de ani, cînd tatăl lui a murit din cauza unei *virote* (o săgeată otrăvită din lumea spiritelor) trimisă de un *hechicero* (vrăjitor) gelos pe puterile sale. Abia atunci a simțit Javier impulsul să devină șaman.

Primul său instinct a fost să învețe metodele șamanice ca să poată să-l răzbune pe tatăl său. Dar bunicul lui l-a convins că nu aceasta era soluția, că singurul mod de a înfrînge răul era să răspîndească mai multă bunătate în lume. Javier a primit în inimă acest mesaj și a găsit alinare în plante.

Javier, cum a început implicarea ta în vindecare?

JA: Bunicul a văzut că sînt amărît și mi-a spus că asta n-o să mă ducă nicăieri. Inima îmi era încă împietrită și doream să ucid! Puțin cîte puțin totuși, prin contactul cu plantele pe care intenționam să le folosesc pentru răzbunare, am învățat de la spirite că este greșit să omori, și inima mea s-a îmblînzit.

---

* „Înflorire" este un termen deseori folosit în vindecarea amazoniană și andină cu plante. Se traduce prin „a crește în noroc și succes" prin atragerea sorții bune, precum o plantă înflorește în sol bun și lumina soarelui.

Un șaman învață totul despre junglă și folosește cunoașterea pentru a-i vindeca pe oamenii săi, deoarece ei nu au bani pentru doctorii vestici. Spiritele, doctorii-plante, vin la mine și spun că vor vindeca o persoană dacă aceasta consumă o anume plantă. Apoi merg s-o caut. Se spune că fiecare loc are plantele necesare pentru a-și vindeca oamenii.

Ca parte a uceniciei, șamanul petrece ani de zile luînd plante și rădăcini, de fiecare dată amintindu-și ce boli sînt vindecate de ele. Maestro merge cu ucenicul în sălbăticie și îi dă diferite plante, ca un test sau o încercare. O plantă poate vindeca multe boli.

Ești respectat ca ayahuascero, dar ești și un perfumero. Cum folosești magia parfumurilor?

JA: Prin munca mea cu plantele, am învățat cum să fac pusanga, poțiunea dragostei din Amazonia. Pusanga are puterea să atragă pe oricine vrei, pentru dragoste, sex sau căsătorie.

Să luăm cazul unei femei care te refuză cînd îi oferi o Coca-Cola, pentru că gîndește că ești din clasa de jos, iar ea e mai bună decît tine. Aceasta te face să te simți ca un gunoi, așa că te duci la un șaman și îi spui numele fetei. El prepară pusanga. Trei zile trec fără s-o vezi, iar ea începe să se gîndească la tine, să te viseze, începe să te caute...

În Vest, oamenii deseori privesc de sus o astfel de magie, categorisind-o drept manipulatoare — ba chiar s-ar putea s-o vadă malefică, deoarece îi ia persoanei puterea de a alege și liberul arbitru, astfel încît ea sau el nu are de ales decît să te iubească. În Amazonia, totuși, folosirea unei pusanga în acest fel este considerată o practică normală.

Și, de fapt, în ciuda moralei vestice asupra chestiunii, dacă e să vorbim pe șleau, în SUA și Europa oamenii deseori doresc să folosească o magie a dragostei ca să găsească sau să întoarcă un iubit. De îndată ce trecem de considerațiile „etice“, putem fi la fel de „manipulatori“ ca oamenii din Peru.

Ross relatează, de exemplu, cum este abordat pentru pusanga de oameni care chiar îi aduc o „listă“ detaliată a calităților pe care vor să le aibă bărbatul sau femeia care va fi atras de pusanga. Iat-o pe cea a lui Judy, din 2005: „Mi-ar plăcea să atrag pe cineva care este foarte amabil, generos, iubitor, loial, apropiat ca vîrstă, iubește călătoriile, plimbările la țară și are o voce plăcută. El trebuie să aibă calități frumoase, succes, o slujbă bună, simțul umorului, să mă facă să rîd și să mă trateze ca pe o prințesă. Ar trebui să-i

placă să călătorească și să descopere noi aventuri. El trebuie să-mi fie cel mai bun prieten și o persoană pe care eu s-o ador, de asemenea."

Se pare că, indiferent de declarațiile noastre morale asupra subiectului, avem idei foarte clare cînd vine vorba despre dragoste.

Poate că, la fel ca Judy, amazonienii sînt în general mai onești și mai direcți în ceea ce privește nevoile lor. Sau poate că ei au un concept mai puțin creștinizat despre „corect" și „greșit", și le este mai puțin frică să ceară ceea ce vor. I-am cerut lui Javier să comenteze asupra problemei de ordin etic:

JA: Da, noi, șamanii înțelegem că este vorba despre o chestiune de morală, dar puneți problema astfel: dacă mi s-ar întîmpla mie? Hai să zicem că o femei mi s-a părut urîtă, iar ea a făcut magie pusanga ca să mă determine să mă căsătoresc cu ea. Bineînțeles, dacă aș descoperi, aș fi scandalizat și ar fi groaznic, mai ales dacă aș descoperi după ce aș face copii și o casă cu ea! Dar adevărul este că nu voi ști niciodată! Aș fi îndrăgostit nebunește de ea și, deoarece am văzut dincolo de aparența ei fizică, în sufletul sau personalitatea ei, dragostea mea pentru ea ar fi autentică și profundă. Ea ar fi mama copiilor mei. Soția mea. Deci pusanga nu mi-a luat libertatea, ci mi-a dat mai mult: m-a eliberat de prejudecată și m-a lăsat să găsesc adevărata fericire.

De aceea pusanga e un secret. N-ar trebui să spui niciodată cuiva că ai folosit-o asupra sa, altfel i se desface lucrarea.

Dar (am insistat noi), mai poate cineva avea o libertate reală dacă toată lumea folosește pusanga?

JA: Oare are cineva cu adevărat libertate? Cu toții sîntem învățați ce să credem, ce e rău și ce e bine, încă de mici. Sînt mințile noastre cu adevărat libere? Pusanga este doar o libertate de alt fel.

Dar tuturor ne place să credem că sîntem liberi. Dacă oamenii folosesc pusanga asupra noastră, cu siguranță devenim sclavi ai voinței lor și victime ale magiei...

JA (rîzînd): Crezi că nu ești subiect al magiei de fiecare dată cînd ești cu o femeie sau, dacă ești femeie, cu un bărbat? Crezi că femeia pe care ai întîlnit-o astă seară la dans poartă aceeași rochie frumoasă în fiecare zi,

același machiaj, același parfum, cînd freacă podeaua sau la slujba ei din fabrică? Crezi că acel bărbat îmbracă un costum de lux sau poartă același aftershave scump cînd muncește la cîmp? Nu! Ei fac lucrurile acestea ca să se pună pe sine într-o anumită lumină, mai atrăgătoare, dar care evident că nu este mereu așa. Cu toții folosim magia zilnic pentru a-i face pe oameni să ne placă și să obținem ceea ce dorim. Pusanga este doar o altă cale. Dincolo de toate, de fapt, cu toții căutăm doar dragostea.

Ca pentru a-și dovedi afirmația, peste cîteva zile, Javier a întrebat un grup de vestici pe care-i luaserăm cu noi în junglă ce doresc de la viața lor. Mulți au dat la început răspunsuri „cosmice“ și „spirituale“, avînd de-a face cu îndreptarea lumii, cu rezolvarea problemelor planetare, salvarea speciilor pe cale de dispariție, vorbitul cu florile și așa mai departe, și au fost destul de tăcuți cînd Javier le-a vorbit despre pusanga și despre abilitatea ei de a satisface nevoile lor personale (mai curînd decît cele planetare).

După un timp, Javier i-a întrebat din nou pe participanți ce își doresc cu adevărat și de această dată ei au recunoscut că ceea ce doreau de fapt era iubire. Iubire în viața lor intimă.

Dar de ce nu au spus așa de prima dată? Mulți au răspuns că nu au îndrăznit să ceară dragoste. Acesta fusese mesajul pe care îl primiseră de la părinți („Cine te crezi, de ceri așa ceva?“, „Ai avut mai mult decît destul!“), de la profesori, de la biserică („Fă pentru alții ce ai dori să ți se facă ție“); și, prin această condiționare, au ajuns să simtă că propriile lor nevoi sînt secundare.

Contradicția sau paradoxul este că ei se credeau în stare să salveze o planetă înainte de a se salva pe sine — să dăruiască iubire cosmică, pe cînd ei niciodată nu primiseră iubirea individuală de care aveau nevoie în propriile vieți. De unde puteau să știe cum arată sau cum se simte această iubire?

Reflecțiile lui Javier au fost simple și iluminatorii:

JA: Dacă noi toți am avea mai mult din iubirea de care avem nevoie, nu am fi așa de preocupați de salvarea planetei. Oamenii creează problemele lumii și planeta are nevoie acum să fie salvată tocmai din cauză că, la nivel individual, nu avem parte de iubire.Ar fi mai bine dacă oamenii ar primi ceea ce doresc, deoarece atunci ei n-ar mai fi atît de distructivi. Gîndurile le blochează energia vitală, dar iubirea rezolvă instantaneu problemele.

ETICA UTILIZĂRII

Javier ne povestește una dintre experiențele sale proprii cu pusanga, care ilustrează mai departe perspectiva amazoniană asupra eticii implicate în folosirea sa.

JA: Cînd eram ucenicul bunicului meu, el mi-a spus să practic cu pusanga pentru a cîștiga experiență. Am început prin a prepara leacul fără o intenție anume, dar într-o zi, o domnișoară a venit la mine într-o viziune și mi-a spus că, pentru a folosi eficient pusanga, trebuie să învăț ce e dragostea. Cine era această domnișoară? Era o sirenă. Acum pot să vă spun că sirenele există. Ea m-a învățat ce este iubirea, mi-a arătat cum să prepar pusanga cu intenția corespunzătoare și mi-a cîntat un cîntec foarte trist. „Așa va veni iubita ta la tine, foarte tristă", a spus ea.

Apoi, într-o noapte, am fost la o petrecere în sat, ziua de naștere a cuiva. Am fost invitat și am luat o sticluță de pusanga în buzunar. Dansam cu toate fetele și am observat o fată care era frumoasă, dar arogantă și nu mă lăsa să mă apropii de ea. Avea unghii lungi* și mi-a spus că nu dansează cu mine, deoarece nu sînt atrăgător. „Du-te și găsește-ți o *chola*!" (o indiancă din clasa de jos), a spus ea, insultîndu-mă și rănindu-mi inima.

„Dacă nu dansezi astă seară cu mine, mîine te vei culca cu mine", am spus și m-am dus la toaletă unde m-am dat cu pusanga. Apoi m-am întors să dansez cu ea și mi-a zis: „Care e problema ta? Știi că nu mă poți atinge!" S-a enervat și a vrut să mă lovească, așa că am părăsit petrecerea și m-am dus acasă.

A doua zi, am plecat în pădure să muncesc trei zile. În a patra zi, cînd m-am întors, am auzit: „Seorita Suzana te caută."

Cînd m-a găsit, în cele din urmă, ea mi-a spus: „Javier, iartă-mă că te-am insultat la petrecere." I-am răspuns: „Nu. Ești foarte arogantă și nu vreau să vorbesc cu tine." M-am dus acasă și nu i-am mai deschis ușa. Ea a așteptat afară, în fața casei, și tot timpul cît eu am dormit, ea a plîns.

Știam că este efectul pusanga, așa că în noaptea următoare am întrebat-o: „Vrei să fii cu mine?" „Da, din adîncul inimii", a spus ea. „Dar tu ești frumoasă, iar eu sînt urît", am spus. „Nu, eu vreau să fiu cu tine", a răspuns ea din nou.

---

* În Amazonia, este un semn al femeii de clasă socială superioară, care își permite să-și lase unghiile să crească deoarece nu trebuie să muncească.

În acea noapte am făcut dragoste și ea nu a mai vrut să plece acasă. Am mers iar în pădure, și a venit cu mine. Am intrat să fac baie în rîu și a sărit să se joace cu mine. A devenit iubita mea pentru șase luni.

Mai tîrziu, cînd dragostea a trecut și pusanga a slăbit, s-a întors (la casa ei) de parcă întregul episod ar fi fost un vis. M-am întrebat: „Cum de am trăit cu această fată?“, dar bineînțeles că știam că pusanga lucrase. Iar femeia a venit la mine tristă, exact cum a spus sirena.

Pusanga a atras-o spre mine, eu am făcut-o fericită și i-am vindecat tristețea pentru acea perioadă, iar ea a învățat o lecție: că dragostea nu are nimic de-a face cu statutul social și că este în puterea oricui să iubească pe oricine, indiferent de clasa socială sau chiar de aspect. Contează inima și sufletul.

Mesajul pusanga este acela că poți avea orice îți dorești și, într-adevăr, a primi ceea ce-ți dorești nu este doar vindecător și dătător de putere pentru tine, dar contribuie la energia pozitivă a planetei ca întreg, pentru că, dacă am fi cu toții sănătoși și în putere, nu ar mai exista conflicte sau negativitate. Lumea ar fi vindecată persoană cu persoană și chiar cei „manipulați“ cu pusanga ar putea învăța lecții valoroase și ar deveni mai fericiți în ei înșiși. Mai mult, întrucît n-ar ști că au fost fermecați, n-ar fi făcut astfel nici un rău. Persoana pur și simplu ar fi fericită și îndrăgostită.

Acest mesaj este deseori pierdut în fața unui public vestic. În workshopurile de introducere în tainele spiritelor plantelor din Europa, am putea petrece un întreg weekend dezbătînd această problemă cu participanții. Cuvintele diferă, dar rezistența lor față de ideea de-a avea ceea ce-și doresc este aceeași.

O femeie a respins ideea folosirii pusanga din cauza fricii că, dacă ar folosi-o, ar atrage violatori și oameni care ar abuza de ea. Aceasta, bineînțeles, spune mai multe despre nevoile ei de vindecare și despre modelele de atracție din viața ei, decît despre pusanga; pentru că, dacă ar fi putut într-adevăr să aibă pe orice sau pe oricine, de ce oare ar alege un bărbat abuziv? Iată încă unul din darurile pusangăi — doar conceptul ne forțează să ne punem întrebările: „De ce cred că nu pot să am ceea ce vreau sau că, prin obținerea a ceea ce doresc, îmi creez probleme?“ și, mai fundamental: „Care autolimitare mă oprește de la a avea ceea ce-și dorește inima mea?“

Răspunsurile deseori merg adînc și au legătură cu începuturile socializării, cu amintirile din copilărie, cu rușinea indusă de părinții noștri și chiar cu experiențele din pîntecele matern. Cînd, în sfîrșit, oamenii sînt capabili să răspundă la întrebare pentru sine, concluzia este de obicei simplă (deși

cumva ciudată). După cum a spus unul dintre participanți: „De ce nu pot avea ceea ce doresc? Deoarece... mi-e teamă ca nu cumva să devin fericit.“ În Vest, se pare, sîntem atît de obișnuiți să avem nevoile personale nesatisfăcute și să ne trăim viețile în tristețe, încît ne e frică să nu cumva să nu știm să trăim fericirea.*

Mai este un punct de vedere aici — exprimat de Javier — și anume că în Vest sîntem obișnuiți cu controlul, cu a ni se spune ce să facem, ce putem avea și ce nu, într-un mod care le este străin amazonienilor.

JA: Orășenii (adică vesticii și cei din orașe peruviene ca Lima, care s-au occidentalizat) nu se pot domina (controla) pe ei înșiși. Chiar și în Iquitos (orașul junglei), cei mai săraci oameni au televizoare și văd reclame. Le sufocă spiritul și îi învață că nu trebuie să aibă grijă de ei înșiși, deoarece Coca-Cola sau Guvernul vor face asta, ei doar să cumpere un anumit produs sau să voteze un anumit politician.

Controlul asupra propriei persoane este fundamental pentru a avea puterea de a lucra cu spiritele, dar orășenii nu-și asumă responsabilitatea față de ei înșiși, iar puterea lor se risipește. Acum nici nu mai știu ce vor, ce este bun pentru ei, sau cum să obțină ce le este benefic.

A ne asuma responsabilitatea și controlul vieții noastre, a spulbera limitările autoimpuse sau deprinse social, iată ce ne permite să ne găsim adevărurile personale și să ne dăm seama că putem, într-adevăr, să avem orice dorim, pentru că este dreptul nostru prin naștere. Să crezi altceva înseamnă să subscrii la un mit social sau individual al micimii propriei persoane și a lucrurilor pe care le merităm.

Cînd oamenii văd aceasta, percepția lor asupra propriei persoane și asupra drepturilor lor deseori se schimbă radical. O femeie care a participat la un curs despre spiritele plantelor în Irlanda a început exercițiul pusanga prin a spune că nu are nici o intenție de a prepara un amestec de acest fel. Părea ofensată de chiar noțiunea unei „astfel de magii manipulatoare“. Totuși, pe cînd se plimba printre florile și copacii din grădină, natura însăși i-a vorbit și i-a spus că este în regulă să aibă ceea ce-și dorește și că plantele sînt

---

* Vezi *The Spiritual Practice of the Ninja: Four gates to Freedom*, de Ross Heaven (Inner Traditions, 2006), pentru o discuție asupra experiențelor de dinainte de naștere și modul în care ele contribuie la autolimitările noastre, bazată pe un model dezvoltat de Ross și Howard. De asemenea, vezi *Darkness Visible*, de Ross Heaven (Inner Traditions, 2005), pentru un studiu al stărilor mistice, care prezintă o concluzie relativ similară.

foarte doritoare s-o ajute. Cînd a auzit mesajul de la natura însăși, părerea i s-a schimbat. Ea a făcut pusanga, a folosit-o și a dobîndit ceea ce-și dorea. Satisfacția obținută astfel a fost mult mai importantă, a spus ea mai tîrziu, în crearea unei lumi mai bune, decît toată rezistența pe care o opunea fericirii înainte și care o făcea să răspîndească doar frustrare și energie negativă în jur. Nevoile sale erau nesatisfăcute, a recunoscut ea, deoarece singură nu-și dădea voie să le satisfacă. De îndată ce și-a asumat responsabilitatea asupra sa, lumea însăși a devenit mai prietenoasă, iar ea a putut să se comporte mai autentic în lume.

„Da", a zis Javier cînd i-am spus povestea. „Plantelor le plac oamenii. Ele compătimesc o persoană al cărei suflet este bolnav în acest fel, și îi vor spune: «Pot să te vindec. Caută-mă!» Apoi, dacă persoana merge în pădure și caută planta, aceasta o va vindeca."

PUSANGA ȘI SPIRITUL PLANTELOR

Pusanga este un amestec de plante și rădăcini, fiecare avînd o anume personalitate sau spirit, fiecare cu propria sa intenție vindecătoare. Plantele sînt puse în apă magică (*agua de colpas*), colectată din iazuri de argilă din adîncul junglei, unde mii dintre cele mai frumoase animale se adună să bea apa vindecătoare, bogată în minerale. Multe dintre aceste animale sînt în mod natural inamice și, în condiții normale, s-ar vîna unele pe altele, dar lîngă aceste iazuri argiloase prevalează un sentiment de armonie și pace, iar rivalii vin împreună să-și satisfacă o nevoie împărtășită și niciodată nu există violență. Astfel, apa însăși are o forță extraordinară de atracție și creează un spirit de echilibru și cooperare.

La această apă magică sînt adăugate scoarță de copac, rădăcini și frunze care și ele au calitatea de-a atrage datorită culorilor, numelor, felurilor în care cresc, locurilor în care se găsesc, sau sentimentului de putere care le înconjoară. Din nou, vedem foarte clar doctrina semnăturilor în acțiune.

Astfel, șamanul poate să facă pusanga pentru reușita în procese folosind plante cum e *alacrancito*, o mică rădăcină-„păstaie" care seamănă cu o codiță și este numită astfel după *alacran*, o insectă ce are un ac periculos în coadă. Sau poate folosi rădăcini de *congonita*, o plantă cu frunze mici și rotunde și tulpini foarte lungi, ce se încîlcesc cu ușurință. Calitatea magică a acestei plante, reflectată în aspectul său, este aceea de-a „încîlci" adversarii în propriile lor cuvinte, astfel încît să li se lege limbile și să devină confuzi și pierduți în cazul lor acum stagnant, fără nici o posibilitate de a cîștiga.

Mai există pusangas pentru succes comercial, bazate pe rădăcina unei plante numite *mashoshillo*, care seamănă puțin cu un șir de cîrnăciori. „Uită-te la forma plantei", a spus Javier, „seamănă cu vagoanele unui tren, aducînd înăuntru oamenii de care ai nevoie pentru ca afacerea ta să crească. Această plantă vine de sub pămînt, unde este curat și pur, astfel afacerea ta va înflori, va fi protejată, lină și curată."

Și, bineînțeles, există plante pusanga pentru dragoste, care, în funcție de nevoile clientului, pot include *polvo de la buseta*, o pulbere obținută prin măcinarea frunzelor ce seamănă cu organele genitale feminine (planta mascul arată ca organul sexual masculin). Acestea sînt folosite pentru atracție sexuală. Planta *congonita*, utilizată și pentru a încîlci și a crea confuzie într-o situație legală, este folosită și pentru atracție sexuală, principiul fiind același, dar aplicația fiind diferită. (Pentru „încărcarea" congonitei se vor folosi incantații și intenții variate, în funcție de domeniul în care se utilizează: dragoste sau procese). „Așa ajung cuplurile să se unească", spune Javier. „Cu această pusanga, partenerul nu te va părăsi niciodată."

După cufundarea amestecului de plante în *agua de colpas*, șamanul poate adăuga și *agua florida**.

Apoi șamanul binecuvîntează întregul amestec pentru a-i da putere, în funcție de cerințele pacientului. El face asta suflînd sau cîntînd în pusanga, uneori folosind respirația, alteori fumul de tutun sacru. Binecuvîntarea sau intenția tradițională suflată în pusanga, care poate fi și spusă cu voce tare, este *salud, dinero, y amor* — sănătate, bani și dragoste. „Așa vine dragostea, ca o mică pală de vînt", spune Javier, „și asta este ceea ce intră în sticlă — respirația este intenția de a atrage dragoste." Suflînd astfel în pusanga (în special cu tutun), se spune că trezim spiritele plantelor, care apoi vor lucra pentru client, atrăgînd ceea ce dorește el mai mult.

Odată făcută, pusanga poate fi folosită ca parfum, cu cîțiva stropi aplicați pe încheieturi și gît; un căpăcel sau două pot fi puse în apa de baie. Ea se utilizează și în lucrări magice. De exemplu, dacă pacientul are o fotografie, imagine sau reprezentare a ceea ce dorește cu ardoare, el poate pregăti un mic altar și, ungînd fotografia sau obiectul cu pusanga, îl va plasa pe altar lîngă o lumînare de asemenea unsă. Poate să lase și o ofrandă spiritului pusangăi, pentru că a lucrat cu el. Cînd lumînarea a ars complet, spiritele

---

* *Agua florida* este un parfum „de uz general", potrivit și pentru femei, și pentru bărbați. Totuși, la pusangas făcute pentru o femeie, și în special pentru „problemele de inimă", în loc de aceasta se folosește deseori aroma *Tabu*.

vor fi auzit rugăciunile lui și îi vor fi acceptat ofranda, iar pusanga va începe să lucreze pentru el, atrăgînd lucrul dorit.

Încă un lucru este important în ceea ce privește pusanga, ca și la alte leacuri în junglă: puterea încrederii. Trebuie să crezi absolut în eficiența pusangăi și în capacitatea ei de a lucra pentru tine.

În cuvintele lui Don Eduardo din Cusco: „Trebuie să crezi fără nici un atom de îndoială, (deoarece) lipsa credinței fură puterea spiritului“ — exact lucrul pe care, într-un fel sau altul, încerci să-l sporești, crești sau să-l îmbunătățești.

În mod normal, un șaman pregătește pusanga departe de clienții săi, întîi purificîndu-și mîinile cu suc de lămîie sau limetă, uneori de grepfrut. Operațiunea are dublul scop de a curăța mîinile de sare și grăsime — care ar interfera cu pusanga — și de a tăia atașamentele magice, deoarece lămîia oferă și o curățare spirituală. Cel mai important lucru este să se asigure că pusanga nu-i contaminată în nici un mod, material sau spiritual.

După cum cu siguranță v-ați dat deja seama, lucrul cu pusangas, ca și cu alte plante, nu constă doar în a amesteca rădăcini și parfumuri ca într-o rețetă culinară. Maestro trebuie să fie în comuniune atît cu spiritul plantei, cît și cu cel al clientului, pentru a încărca eficient energetic pusanga și a obține rezultatele dorite.

Artidoro descrie cum lucrează el:

AAC: Cînd prepar pusanga, mă rog și incantez numele fiecărei plante, unul cîte unul, și le insuflu intenția. Aceasta se poate face cu respirația sau, mai des, cu fum de tutun. De asemenea, spun numele persoanei căreia îi este dedicată pusanga. Apoi, clientul trebuie să folosească pusanga cum am descris și mai trebuie să se arate celui pe care dorește să-l atragă în trei rînduri diferite. Apoi va trebui să dispară două zile, iar după aceea, persoana îi va căuta negreșit.

Parfumul e important, dar atracția vine de la spiritul plantei, care este încărcat și primește putere cînd îl pregătesc astfel. Clientul nu are nevoie să înțeleagă procesul, dar trebuie să aibă încredere în șaman. De asemenea, cînd folosește pusanga nu trebuie să mănînce porc sau mîncăruri condimentate*.

Șamanul trebuie să aibă îndemînare și să fi ținut dietă cu plante pentru a le cunoaște, deoarece sînt multe plante și multe pusanga diferite, unele

---

* Vezi Capitolul 2 despre dieta șamanului.

doar cu subtile diferențe între ele. Un exemplu este *amares*, care literalmente leagă doi oameni împreună. Deși congonita i-ar împleti pe cei doi pînă la a-i face inseparabili, aceasta nu este la fel cu a lega o persoană de tine, deci aici aș folosi *renaco*.*

Apoi chem cuplul în viziunea mea și suflu asupra plantelor, ca să-i unesc. Persoana care solicită lucrarea ar trebui și ea să fie prezentă.

Lucrarea, făcută cum trebuie, necesită opt zile, cu ceremonii în fiecare noapte, acompaniamente de vindecare, relaxare și curățare a influențelor negative. Unii vor ca legătura să dureze pentru totdeauna, alții doresc ca ea să fie valabilă doar pentru o perioadă sau chiar pentru un timp foarte scurt, ca să facă haz de o anumită persoană, s-o aducă înapoi după ce a plecat și s-o facă să sufere. Dar aceasta este răzbunare și nu sînt de acord să fac așa ceva.

Vorbim despre un proces de implicare pentru a lega laolaltă doi oameni. În ce-l privește pe șaman, el necesită un nivel crescut de angajament personal, deoarece trebuie să se concentreze și să se întrupeze spiritual în ambele persoane. Să spunem că am un client bărbat, care vrea ca femeia lui să fie legată de el. În acest caz, trebuie să chem spiritul femeii noaptea și să-l suflu spre bărbat, în timp ce ea visează. Cînd se va trezi, se va gîndi la el.

În fiecare noapte urmăresc progresul prin divinație, aprinzînd două *mapachos* (trabucuri făcute prin rularea tutunului din junglă) împreună și chemînd numele celor doi îndrăgostiți. Trag din mapachos fără să inhalez și, pe măsură ce ele ard, mă uit cum se formează cenușa. Dacă scrumurile se unesc, magia lucrează; dacă ele se înclină departe unul de altul, înseamnă că mai este de lucru. Sau poate se despart la început, dar ulterior se unesc, de îndată ce spiritele cuplului se întîlnesc. Cînd aceasta se întîmplă, cuplul nu va putea dormi, dar în a opta noapte scrumul de la cele două mapachos ar trebui să se unească."

---

* *Renaco* este un smochin care produce masiv ramuri și rădăcini încolăcite complex. Diverse bucăți de rădăcină se folosesc într-o pusanga renaco, pentru a lega iremediabil iubiții. Din nou, aici avem un exemplu al doctrinei semnăturilor: ceea ce în mod natural se întrepătrunde poate transfera asupra altora această putere. O altă calitate a renaco este că multe animale de diferite specii trăiesc în sistemul său complex de rădăcini, atrase de protecția pe care o oferă. Nu contează ce relații există de regulă între ele; toate aceste animale consideră copacul renaco drept «cămin» și trăiesc în pace unele cu altele. Și aceasta este o conexiune pusanga.

ULEIURI HOODOO PENTRU ATRACȚIE

Găsim o paralelă la tradiția pusanga în hoodoo, practica populară americană a leacurilor, unde aromele sînt folosite în mod similar pentru a crea schimbări pozitive. Uleiurile hoodoo lucrează pe principiul că oamenii sînt foarte sensibili la mirosuri și susceptibili la efectele inconștiente și emoționale produse de ele. Astfel, ei sînt deschiși în fața influenței intenționate a unei arome, dacă persoana care o folosește știe cum respectivul parfum va afecta dispoziția. Avînd aroma cu care să lucreze, precum și spiritul parfumului de partea sa, magicianul hoodoo poate fi sigur că nevoile clientului sau clientei sale sînt îndeplinite.

De-a lungul anilor, practicanții hoodoo au dezvoltat o înțelegere detaliată a diverselor arome și le-au preparat ca formule pentru obținerea anumitor rezultate. Exemplele ce urmează sînt rețete hoodoo aproape standard, dar bineînțeles că puteți să le modificați sau întări în funcție de propriile nevoi, călătorind către spiritul parfumului sau către propriul dumneavoastră aliat și întrebînd ce altceva ar trebui adăugat pentru a vă atinge scopul. În toate cazurile de mai jos, aromele (uleiurile de aromaterapie sînt foarte bune) se adaugă la un ulei-bază, de exemplu, ulei de măsline, iar parfumul rezultat poate fi folosit la fel ca pusanga, aplicat pe punctele de puls sau adăugat în apa de baie. Întrucît acestea sînt uleiuri, pot fi folosite și prin pulverizare sau în lămpi de aromaterapie, pentru a împrospăta aerul din cameră.

Următoarele amestecuri se folosesc ca farmece pentru atragerea dragostei și vor atrage noi parteneri spre dumneavoastră sau vor ajuta la întărirea unei relații deja existente. În Anexa 3 veți găsi și altele pentru succesul în procese sau financiar, pentru noroc și protecție.

Uleiul „vino la mine“

Pentru atragerea unui nou iubit, puneți cantități egale de trandafir, iasomie, bergamotă și damiană (una-două picături din fiecare) în uleiul-bază și folosiți-l ca parfum cînd vă aflați lîngă persoana dorită.

Uleiul „vino să mă vezi“

Pe cîtă vreme uleiul de mai sus este un magnet al dragostei „de uz general“, acesta este pentru atragerea partenerului ideal. La uleiul-bază puneți cinci picături ulei de paciuli și una de scorțișoară. Cu acest amestec ungeți o lumînare albă și, dacă aveți, puneți lîngă ea o fotografie a bărbatului sau

femeii ideale pentru dumneavoastră. Pe cînd lumînarea arde, vizualizați și intenționați ca acest partener perfect să vă intre fără efort în viață.

Uleiul „aprofundarea dragostei“

Pentru acest ulei, folosiți uleiul de migdale ca bază, iar la aceasta adăugați șapte picături de apă de trandafiri, șapte picături de vanilie (sau o boabă de vanilie), trei picături de ulei de lămîie și puțină pudră aurie strălucitoare. Folosiți-l pe punctele de puls înainte de întîlnire sau adăugați-l în apa de baie și purtați-l în prezența iubitului (iubitei) dumneavoastră, pentru a vă adînci dragostea.

Uleiul „energie sexuală“

Acum că aveți partener, acest ulei vă va da o mai mare încredere și putere în a face dragoste. El mai poate fi purtat și pentru atragerea de noi parteneri sexuali. Este nevoie de două picături de ulei de ghimbir, două picături de ulei de paciuli și cîte un strop de cardamom și santal.

Uleiul „separarea dragostei“

La uleiul de bază, adăugați patru picături de ulei de piper negru, trei de vertiver, trei de santal și una de cuișoare. Acesta este un ulei cu două posibile utilizări: pentru a cauza despărțirea a doi iubiți, prin introducerea aromei într-o cameră în care cuplul este împreună, astfel ca ei să se certe și să se despartă, și pentru ușurarea durerii despărțirii, dacă propria dumneavoastră relație s-a sfîrșit.

SECRETUL ATRACȚIEI

> Cînd o aplici pe piele, aroma începe să-ți penetreze spiritul, și spiritul este cel care îți dă puterea de-a atrage oamenii. Spiritul este cel care atrage.
>
> JAVIER AREVALO

Adevărul despre pusanga și despre uleiurile hoodoo de atracție este, bineînțeles, mai complicat decît permite definiția morală simplistă greșit-corect.

Deși unii ar putea privi aceste formule ca fiind manipulatoare, ceea ce le dă cu adevărat puterea nu este magia folosită asupra altora, ci magia din noi înșine. Încrederea în sine — „fără nici un dram de îndoială“ — dă putere aromei să lucreze pentru dumneavoastră. Spiritul este cel care vă „dă putere să atrageți oamenii“.

Ceea ce are loc cînd folosim pusanga nu e o schimbare directă în alți oameni, ci o schimbare în noi înșine. Nu îngrădim libertățile altora, ci eliberăm ceva din interiorul nostru. Propria noastră putere, charismă, încredere și credință în noi se îmbunătățesc și sînt scoase la iveală de magia simpatetică a plantelor; este vorba despre farmecul nostru personal, nu despre „farmece“ făcute altora. Femeile din Iquitos, de exemplu, sînt temute în Peru pentru puterea pusangasurilor lor, lucru care înseamnă că pot fura orice bărbat ar dori de la o altă femeie. Dacă priviți femeile din Iquitos mergînd pe stradă, ele au calitatea radiantă a siguranței de sine. Ele știu că sînt puternice și atrăgătoare, iar aceasta se traduce în abilitate în dragoste, avînd ca rezultat faptul că pot, într-adevăr, să aibă orice bărbat doresc.

Totuși, adevărata putere este în ele însele. Datorită credinței lor în pusanga, propriile lor puteri de atracție cresc. Manipularea altora, dacă poate fi vorba despre așa ceva, se datorează încrederii în sine, iubirii lor față de propriul trup (mai curînd decît rușinii de el) și sexualității lor relaxate. Sînt fericite în propria piele într-un mod care multor vestici le este străin. Avînd de partea lor spiritul plantelor, femeile din Iquitos sînt capabile de a fi pe deplin ele însele, iar frumusețea lor interioară poate străluci.

Astfel, pusanga și uleiurile pentru atracție reprezintă forțe sută la sută naturale, ce ne permit să ne eliberăm mințile de condiționările care ne spun că nu putem să avem, nu meritățm, ar trebui să ne simțim vinovați dacă avem, astfel încît putem să ne găsim spiritul și să atingem din nou echilibrul. Misterul din pusanga este misterul din noi înșine, iar magia pe care o amplifică este a noastră.

Pentru a înțelege pe deplin aceasta, încercați exercițiile următoare.

De ce nu pot avea ceea ce-mi doresc?

Acesta este un exercițiu simplu, pe care probabil îl veți găsi relevant. Închideți ochii și relaxați-vă... Iar acum, în tăcere sau cu voce tare, întrebați-vă: „De ce nu pot să am ceea ce-mi doresc?“

Priviți la imaginile care apar, ascultați cuvintele care vă răsar în minte. Ale cui sînt cuvintele, a cui voce vorbește și ce vă comunică? Examinați

orice informație primită, cu obiectivul de a vă clarifica cît mai bine ce vi se spune să credeți. Mesajele pe care le-ați primit în trecut ar putea fi adevărate pentru mesager, dar poate nu și pentru dumneavoastră. Cînd le examinați la lumina propriei zile, puteți alege care din aceste credințe vă folosesc și care vă împiedică viața și vă opresc de la a avea ceea ce doriți.

În timp ce făcea acest exercițiu, un participant la workshop, James, și-a amintit o întîmplare din copilăria sa timpurie, cînd a fost luat într-o vizită la bunicul său. Era prima și singura dată cînd l-a întîlnit și uitase cu desăvîrșire, dar acum revedea totul cu claritate: camera, aspectul bunicului său, hainele pe care le purta; și și-a amintit că stătea pe genunchii bătrînului, în fața focului.

Cuvintele bunicului date ca sfat nepotului au fost: „Fii atent. Este o lume periculoasă și mulți oameni îți vor răul, așa că nu fă valuri, nu-ți ridica prea sus capul și nu cere prea multe. Așa te vei ține departe de necazuri."

Conștient, James uitase totul, dar undeva, adînc în el, a păstrat sfatul și, inconștient, acționase conform lui aproape toată viața. Faptul că bunicul a murit la scurt timp dăduse și mai multă greutate cuvintelor lui: poate că bătrînul avea dreptate și „ei l-au aranjat" deoarece voise prea mult sau îi revelase un mare secret nepotului său.

Bunicul lui James s-a născut și a murit în clasa de jos și a crescut 13 copii. Slujba lui era într-o fabrică unde muncea cu azbest, iar otrăvirea cu azbest pînă la urmă l-a ucis. Date fiind aceste circumstanțe, probabil că tot ceea ce îi spusese nepotului avea o bază adevărată: era o lume periculoasă. Dar acesta era adevărul său, nu al lui James.

Cînd James și-a dat seama și a auzit din nou vocea bunicului, a conștientizat condiționarea și a putut să se elibereze de ea.

A cui voce o auziți? Și ce vi se spune să credeți?

Pregătirea unei pusanga

Pregătirea unei pusanga începe cu o plimbare printre plante. Aceasta este ca *plimbarea atenției* pe care ați făcut-o mai devreme, în sensul că vă relaxați și vă centrați, pentru ca plimbarea să fie făcută parțial în lumea visului, permițîndu-vă să vă încetiniți ritmul către cel al naturii. În plimbare, totuși, nu intenționați să auziți chemarea unei plante anume. Intenția este de a observa activ plantele pe care le veți folosi în amestec.

Ghid vă este doctrina semnăturilor. Toate plantele pusanga au caracteristici de semnătură. Cele pentru dragoste poate au nume pline de înțeles,

de exemplu, floarea-pasiunii sau caprifoiul. Culorile lor vor fi puternice și atrăgătoare. Modul în care cresc poate fi semnificativ (iedera, de exemplu, se încolăcește în jurul altor plante, cu care se întrețese și devine foarte apropiată). Poate vă vor chema calitățile lor arhetipale. (Trandafirul, de exemplu, este astăzi sinonim cu iubirea, dar și alte plante pot avea calități pe care v-ar plăcea să vi le adăugați în relație sau să le aibă partenerul — *polystichum setiferum* este una dintre cele mai vechi plante ale planetei și semnifică rezistență și atemporalitate; stejarul este un simbol al înțelepciunii, și așa mai departe). Locul în care cresc plantele poate fi și el semnificativ (două plante care sînt împreună într-un loc însorit dintr-o pădure întunecată pot semnifica un viitor luminos, de exemplu), și așa mai departe. Căutați plante care înseamnă ceva pentru dumneavoastră și pentru situația sau dorința pe care o purtați în această plimbare.

Cînd localizați fiecare plantă, stați un timp cu ea, explicîndu-vă nevoia și întrebînd-o dacă vă va oferi puțin din ea însăși. (Nu e necesar să luați întreaga plantă; o singură frunză, o floare sau o bucată de scoarță sînt suficiente, deoarece conțin energia întregului. Evitați să luați rădăcini, cînd puteți).

Dacă răspunsul primit este „da“, luați o bucată și mulțumiți plantei, oferindu-i un dar. În Haiti, deseori se lasă monede la baza unui copac ale cărui frunze sînt culese; în America de Nord, un dar potrivit este porumbul sau tutunul. Lăsați-vă ghidat de intuiție.

Dar dacă răspunsul e „Nu“? Simplu, mergeți la următoarea plantă. Dar fiți de asemenea conștienți și de faptul că un „Nu“ poate fi o informație utilă. Amintiți-vă, natura are o afinitate pentru ființele umane și dorește să vă ajute, după cum am văzut în Capitolul 1; ea nu vă va nega ceva ce este pentru binele propriu. Amintiți-vă și că pusanga ține de dumneavoastră. Dacă primiți un „Nu“ de la natură, în consecință, aceasta vă poate ajuta să vă întrebați ce lucru din interiorul dumneavoastră vrea să oprească folosirea acelei plante și a calităților pe care le oferă. Plantele sînt capabile de percepție extrasenzorială, după cum am văzut, și se poate ca natura să vă dea, de fapt, exact ceea ce cereți: un „Nu“.

Dacă simțiți că acesta este cazul, vă va fi de folos să vă întoarceți la exercițiul precedent înainte de a vă continua plimbarea.

Cînd aveți plantele dorite, luați-le acasă și puneți-le într-o sticlă transparentă. Dacă doriți să folosiți pusanga peste cîteva zile, umpleți sticla cu apă. Apa din „locuri cu putere“ este cea mai bună — apă sfințită la biserică sau apă dintr-un loc cu putere spirituală cum e Chalice Well din Glastonbury — dar puteți folosi și apă de izvor sau apă minerală. Dacă doriți să păstrați

pusanga mai multă vreme, este mai bine să folosiți alcool în loc de apă, deoarece acesta va conserva plantele.

Puteți adăuga și agua florida sau parfumuri la amestec și, din nou, fiți atent la numele parfumurilor alese. Nume precum Cachet sugerează bogăție și statut social, în timp ce White Satin (satin alb) sugerează povești de dragoste, iar Chanel e asociat cu iubirea și luxul. În unele amestecuri Vodou pentru dragoste, Reve D'Or (vis de aur) este specificat din motive evidente. Alegeți-vă parfumul în funcție de ceea ce doriți să atrageți.

Cînd ați făcut-o, cîntați cîntecul plantei proprii în sticlă, pentru a crea o legătură mai profundă între dumneavoastră și plante, apoi adăugați-vă intenția suflînd trei fumuri de tutun în sticla de pusanga. *Salud* (sănătate), *dinero* (avere) și *amor* (dragoste) sînt cuvintele tradiționale de rugăciune folosite pentru a da putere unei pusanga, dar bineînțeles că puteți cere orice doriți.

Ca ritual final înainte de a folosi pusanga, mergeți într-o pădure sau într-un parc și găsiți un copac de care vă simțiți cumva atras. Turnați trei picături din pusanga la rădăcina copacului și, cu fiecare strop, spuneți cu voce tare ce lucruri doriți să atrageți. După aceasta, puteți folosi pusanga pe dumneavoastră sau în magia rituală.

Cel mai bine este să păstrați pusanga în frigider, deoarece așa va dura mai mult. Bucățile de plante din ea se vor degrada cu timpul, bineînțeles, dar aceasta nu afectează efectele sale magice, amestecul putînd fi încă folosit.

Mai există un lucru important cînd utilizați pusanga: *trebuie să credeți în abilitatea sa de a lucra pentru dumneavoastră „fără nici un atom de îndoială"*. Aveți dreptul la lucrurile pe care le-ați cerut și puteți avea orice doriți. Natura vă este aliat întru aceasta.

6

BĂI FLORALE: ÎMBĂIEREA ÎN BOGĂȚIILE NATURII

> Natura, ale cărei dulci ploi cad peste cei drepți și peste cei nedrepți deopotrivă... ea mă va curăța în mari ape, și cu ierburi amare mă va face întreg.
>
> OSCAR WILDE

În mitologia celtică, accesul către lumea cealaltă era asigurat de forțe naturale și, deseori, de către magia plantelor. Într-o zi, plimbîndu-se pe dealuri, Cormac, nepotul lui Conn, a întîlnit un războinic misterios, cu părul sur, care i-a dat o ramură de argint dintr-un măr sacru. Războinicul a dispărut de îndată ce i-a înmînat darul. Cînd Cormac a scuturat ramura — după cum atît de des se întîmplă în aceste povești — o ceață stranie l-a învăluit și a fost de îndată adormit de muzica frunzelor.

El s-a trezit în Țara Făgăduinței, unde doar adevărul este cunoscut. Palate mari din bronz și case ornate cu pene din argint erau peste tot în jurul lui, iar în centrul acestora era o fîntînă strălucitoare, din care curgeau cinci pîraie. Nouă aluni creșteau deasupra fîntînii, lăsîndu-și alunele să cadă în apa din care beau personaje de poveste.

Cormac a fost dus la fîntînă de fecioare, care l-au îmbăiat și i-au dat un dar fermecat: o cupă a adevărului, care se scutura dacă trei minciuni erau rostite în prezența sa, astfel încît Cormac să poată discerne onestitatea de falsitate. El s-a întors acasă cu darul din Țara Făgăduinței și a devenit un mare conducător al oamenilor.

„Baia înțelepciunii“ ce a fost folosită pentru ungerea lui Cormac este o inițiere în adevăr. Apele curg în cascadă din Fîntîna Cunoașterii, iar pîraiele ce izvorăsc din ea sînt cele cinci simțuri prin care este experimentată lumea

și obținută înțelepciunea. Alunele care dansează în ape sînt și ele, după cum am văzut mai devreme, simboluri ale înțelepciunii.

Aceasta este o baie de curățare cu care mulți șamani sînt familiarizați. Ea deschide ușile adevăratei percepții, spălîndu-ne de iluzii și îndoială de sine și înlocuindu-le cu claritatea și cunoașterea de sine de care are nevoie un lider. Din nou, plantele asigură darul.

În *Welsh Herbal Medicine*, David Hoffmann scrie că „terapiile druidice sînt o combinație interesantă de tehnici fitoterapeutice și mistice. Pentru probleme interne persistente, ei foloseau în principal băile reci... cu administrare de ierburi.“ Și continuă:

> Se folosea adesea apa anumitor fîntîni, datorită proprietăților lor minerale și spirituale specifice... Druizii au depus un efort considerabil pentru studierea proprietăților medicinale ale plantelor, crezînd că anumite ierburi sînt înzestrate cu virtuți magice. Astfel de ierburi și băi erau folosite pentru multe scopuri, inclusiv ungerea oamenilor, prevenirea febrei, procurarea prieteniei și obținerea a tot ce dorește inima.

TOT CE DOREȘTE INIMA

Astfel de băi cu ierburi nu sînt restricționate doar la artele celtice ale vindecării. Ele sînt folosite în multe culturi pentru purificare, pentru a da o mai profundă cunoaștere de sine, pentru a elibera sufletul de impurități și limitări și pentru a conferi daruri spirituale și vindecare fizică. Fiecare baie are același scop final: să aducă pe cel ce se îmbăiază în echilibru, spălînd frica, mînia, trauma, tristețea și nesiguranța, dăruind pace interioară și o legătură mai profundă cu natura. Băile curăță sufletul și sînt recunoscute în multe tradiții pentru puterea lor de a face aceasta.

În Malaiezia, de exemplu, ritualul de îmbăiere *mandi bunga* este efectuat pentru a invoca puterile naturii, astfel încît o persoană să poată obține ceea ce își dorește cel mai mult. Ritualul este parcurs pentru o varietate de motive — pentru a găsi dragostea, pentru îndepărtarea *buang suey* (ghinion sau magie neagră), pentru vindecarea trupului și a sufletului și chiar pentru probleme superficiale și aparent „non-spirituale“, cum ar fi norocul la jocuri de cărți și jocuri de noroc.

Ritualul este facilitat de un *bomoh* (șaman), care prepară pentru îmbăiere un amestec de plante, flori, nuci, frunze, fructe și mirodenii ca *limau purut* (lămîie verde kaffir) și *akar sintok* (*dendrocnide sinuata*), ce vor fi alese

în funcție de nevoile pacientului. Mai pot fi adăugate și alte materiale, cum ar fi *bedak sejuk* (pudră de orez) înainte de amestecarea cu apă, după care clientul este îmbăiat.

Într-o ceremonie pentru găsirea unui soț, de exemplu, o femeie va fi îmbăiată în apă cu fructe, frunze și șapte feluri de flori, în timp ce bomoh arde o lumînare înfășurată în frunze de cocotier, face incantații și aruncă boabe de orez în jurul clientului. Ei spun că aceasta aduce căsătoria pînă într-un an.

În Indonezia există aproape 7.000 de varietăți înregistrate de plante (prin contrast, în Marea Britanie există doar 1.600) și, în acest bogat mediu, multe dintre secretele ierburilor, cîndva păzite de preoți și prinți, acum au devenit atît de cunoscute, încît au ajuns tratamente standard în saloane de masaj și frumusețe și SPA-uri. *Mandi luhur* (împachetările) reprezintă o terapie tradițională care a fost practicată din secolul al XVII-lea. Din apă de izvor și ierburi se face o pastă care include santal, șofran și iasomie; aceasta este masată pe trup și lăsată să se usuce. Rezultatul este o piele frumoasă și sănătoasă, precum și pace interioară.

O altă rețetă antică folosită pentru reechilibrarea trupului și ca tratament pentru reumatisme și răceli este o pastă din santal, coriandru, șofran, scorțișoară, ghimbir, cuișoare și nucșoară, în amestec cu apă și ulei aromatic.

Nu-i o întîmplare că multe dintre aceste ingrediente sînt folosite și la gătit, deoarece intenția acestui leac este să „gătească“ trupul prin producerea unei călduri profunde. Prin leac, pacientul este revitalizat, și cînd pasta este îndepărtată, ea trage afară toxinele din corp.

Împachetările calde făcute din noroi și ierburi sînt, de asemenea, aplicate pe piele pentru ca trupul să-și transpire impuritățile fizice și spirituale. O astfel de împachetare este folosită de secole de femeile care vor să-și recapete silueta după naștere. În fiecare zi, timp de patruzeci de zile după naștere, un amestec de suc de lămîie verde, frunze de betel, eucalipt și pudră de coral e aplicat pe abdomen. Apoi se leagă strîns o bucată de pînză în jurul abdomenului și plantele sînt lăsate să-și facă magia.

Băile cu flori și apă sînt folosite la scară largă și în terapiile cu spiritele plantelor. În multe culturi șamanice, vindecătorul folosește apa rece pentru a stimula trupul și spiritul; dar în Indonezia, mai comună este apa călduță, scopul fiind cel de a relaxa pacientul, astfel încît energiile să poată circula nerestricționate de tensiuni interioare. Cele mai frecvent folosite flori în aceste băi sînt magnolia, bougainvillea, hibiscusul, trandafirul, gardenia și iasomia, care învăluie pacientul într-o mireasmă puternic vindecătoare, în

timp ce culorile lor vibrante înalță spiritul și reflectă frumusețea naturii, reamintindu-i propria frumusețe și putere interioară.

BĂI CARE TRATEAZĂ COȘMARURILE

Șamanii *maya* folosesc și ei astfel de băi pentru a restabili armonia sufletului. Una dintre ele este pentru a vindeca de coșmaruri copiii. Șamanii văd coșmarurile ca pe un spirit întunecat, în formă de embrion uman. Acest spirit intră în trup cînd se întîmplă o pierdere a sufletului (vezi Capitolul 4), ca urmare a unui șoc sau a unei tristeți. Din cauza vîrstei fragede și a unei mai mari vulnerabilități, copiii sînt în mod special deschiși spre boli spirituale care, împreună cu frica, invidia și depresia, pot cauza pierderea *chuilel* — spiritului sau forței vitale.

O mamă americană, Nadine Epstein, povestește cum a folosit o astfel de baie, pentru a-și ajuta fiul de 6 ani, Noah, să scape de coșmaruri repetate. Într-un articol apărut în revista *Mothering*, Epstein își amintește disperarea care a condus-o la a încerca această metodă după ce toate celelalte încercări eșuaseră, iar visele înfricoșătoare și violente ale lui Noah continuaseră.

> Într-o zi, cînd Noah arăta deosebit de împovărat, am avut o idee. De ce să nu-i facem lui o baie spirituală? Mayașii fac astfel de băi copiilor, chiar și nou-născuților, cu regularitate.
>
> Așa că mai tîrziu în acea seară, cînd lumina începea să se transforme într-un frumos apus auriu, (prietena mea) Rosita și cu mine l-am luat pe Noah la o plimbare de adunare rituală a plantelor prin vecinătatea noastră urbană. Cu coșulețele în mînă, ne-am plimbat pe alei și trotuare, căutînd plante vindecătoare ce pot fi folosite pentru îmbăiere spirituală. Cînd găseam o plantă, o culegeam cu grijă, spunînd rugăciunea mayașă de mulțumire către plantă și cerînd spiritului ei să ajute la vindecarea inimii și sufletului lui Noah...
>
> Apoi am umplut cada cu apă și am lăsat plantele aromatice la infuzat.*
>
> Ele pluteau pe suprafața apei, creînd un model colorat și complex... Odată înăuntru, (Noah) imediat a fost absorbit de joaca cu frunzele și petalele. Nalba era răcoroasă și moale și Noah a masat-o de genunchi. Pe cînd el se juca, noi am spus mai multe rugăciuni și am ars tămîie copal...

---

* În această baie pentru îndepărtarea spiritului coșmarului, ingredientele-cheie sînt petalele de trandafir, nalbă roșie, filimică și rozmarin.

> Cînd Noah a ieșit în final din cadă, diferența era uimitoare. Pierduse acel sentiment de greutate apăsătoare pe care îl avea de obicei. Nu mai văzusem o astfel de transformare profundă... Noah nu a mai avut coșmaruri nici în acea noapte, nici în următoarele cîteva săptămîni.

Epstein dă rețetele cîtorva băi pentru copii pe care le-a studiat. O baie calmantă pentru sugari include gălbenele, busuioc, sunătoare, rozmarin și petale de trandafir, stoarse pentru a-și elibera esența și adăugate în apă caldă. O baie pentru infecții ale pielii folosește frunzele amare de talpa gîștei, pelin și /sau păpădie. Acestea sînt fierte în apă înainte de îmbăierea copilului, iar zona infectată se curăță cu amestecul.

BĂILE CARE ADUC PLOAIA

Băile vindecătoare nu sînt limitate doar la vindecarea personală. Datorită legăturii energetice pe care o avem cu întreaga natură, ele pot fi folosite în vindecarea comunală pentru a crea efecte transpersonale, cum sînt exemplele date de Frazer în *Creanga de aur*, unde îmbăierea este folosită pentru a aduce ploaia.

În India, cînd este nevoie de ploaie iar recoltele nu cresc, sătenii îmbracă un băiețel în frunze și acesta devine Regele Ploii, care controlează apele cerului. Fiecare sătean ia parte la acest ritual, stropindu-l pe Regele Ploii cu apă pe cînd el merge din ușă în ușă și adună daruri pentru a „cumpăra ploaia“.

Un ritual similar are loc în Rusia, unde femeile se îmbăiază în public în ziua de Sf. Ioan Botezătorul, folosind apă în care s-a înmuiat o momîie din iarbă, frunze și ierburi ce reprezintă sfîntul. Momîia devine sfîntul și, de îndată ce femeile se îmbăiază în apele lui și i-au preluat astfel esența, ele pot de asemenea să cheme ploaia.

În Noua Caledonie este urmat un ritual cumva diferit, în care aducătorii de ploaie îmbăiază un cadavru care este suspendat deasupra unor frunze de taro într-o peșteră. Sufletele strămoșilor captează apa acestei băi și o eliberează către săteni sub formă de ploaie.

CUM LUCREAZĂ BĂILE CU PLANTE?

Există trei principii în spatele eficienței băilor de acest fel — băi care revitalizează trupul și sufletul, precum și cele care produc rezultate transcendentale, precum aducerea ploii. Cititorii vor recunoaște cele trei principii din capitolele anterioare și din munca pe care deja au făcut-o pentru a înțelege natura spiritelor plantelor.

Primul principiu este, bineînțeles, că plantele sînt compuse din energii sensibile și au un spirit cu o înclinare către ființele umane.

Al doilea principiu este că ființele umane sînt compuse din aceeași energie. Fizicianul nominalizat pentru premiul Nobel, Michio Kaku, a remarcat, de exemplu, că părțile solide ale corpului uman, dacă ar fi comprimate, ar ocupa un spațiu de doar cîțiva centimetri. Restul este energie, și aceasta e cea care ne ține atomii la un loc.

Dacă vi se pare greu de crezut — că trupurile noastre „solide“ sînt doar de ordinul centimetrilor — nu sînteți singurii. Însuși Kaku a remarcat că, și pentru oamenii de știință, „Universul nu este doar mai straniu decît ne imaginăm, ci este mai straniu decît ne *putem* imagina“. Totuși, faptul că sîntem ființe de energie nu este discutabil.*

Al treilea principiu: aceasta este valabil pentru orice în Univers — totul este făcut din energie la cel mai fundamental nivel și, așa cum știm din fizica pe care am învățat-o la școală, energia nu poate fi creată sau distrusă, ci poate doar să-și schimbe forma. În alte cuvinte, este cooperantă și poate fi împărtășită.

Bineînțeles că șamanii nu se vor exprima în aceste cuvinte. Ei ar spune, simplu, că totul este spirit și, dacă sîntem sensibili, e foarte posibil ca spiritul unei plante să intre și să ne influențeze, schimbîndu-ne energia și creîndu-ne noi posibilități pentru vindecare. Și ar mai spune că este la fel de posibil ca noi să comunicăm cu alte ființe din energie, cum ar fi spiritele ploii.

Să analizăm mai în detaliu cele trei principii.

PLANTELE, CA ENERGIE INTELIGENTĂ

În culturile șamanice, plantele sînt considerate „transformatori“. Ele iau energie dintr-un loc și de o formă (soarele, solul, ploaia) și o transformă

---

* Pentru o discuție asupra modului în care aceasta se leagă de șamanism, vezi Ross Heaven, *The Journey to You* (Bantam Press, 2001) și *Vodou Shaman* (Inner Traditions, 2003).

în altceva: hrană. Cea mai importantă dintre formele de energie este lumina solară.

Iată un fapt remarcabil în sine: plantele mănîncă lumină. La fel de remarcabil este ceea ce se întîmplă cînd ele termină masa. Secretă oxigen. Plantele, doar mîncînd, dobîndesc spectaculosul alchimic. Ele iau pămînt, foc, apă și produc aer. Și prin aceasta ne dau nouă viață.

Cînd plantele mor, energia lor rămîne și încă ne este folositoare. Planta — și lumina din frunzele sale — pînă la urmă putrezește și formează „combustibil fosil", dîndu-ne energia ei solară. Oricînd ardem petrol sau cărbune, eliberăm energia ce a fost stocată în plante acum un milion de ani. Același lucru este valabil cînd mîncăm o plantă: completăm cercul, de la foc la foc, și devenim și noi consumatori de lumină solară. Plantele sînt energie, dar ele sînt și inteligență.

Jeremy Narby face un studiu al sensibilității plantelor în cartea sa, *Intelligence in Nature*, și conchide că ele nu sînt de fapt prea diferite de noi:

> Acum știința ne arată că plantele, ca și animalele și oamenii, pot învăța despre lumea din jurul lor și pot folosi mecanisme celulare similare cu cele pe care ne bazăm noi. Plantele învață, își amintesc, iau decizii...
>
> Celulele plantelor transmit informații între ele folosind semnale, ca de exemplu ionii de calciu. Neuronii noștri fac la fel. Celulele plantelor au, de asemenea, propriile lor semnale, care tind să fie proteine mari și complicate și secvențe ARN. Aceste molecule înoată în plantă, dînd informații de la celulă la celulă. Celulele individuale ale plantelor par a avea o capacitate de a cunoaște... Cercetătorii confirmă acum ceea ce șamanii au spus de mult timp despre natura naturii.

Faptul că semnalele plantelor (proteinele și secvențele ARN) tind să fie mari și complexe, spre deosebire de moleculele mici ale semnalelor creierului uman, este iarăși semnificativ, deoarece „moleculele mari pot gestiona cantități mari de informații, ceea ce înseamnă că în comunicarea plantelor este loc de o complexitate enormă".

O parte a prejudecății științifice împotriva noțiunii de inteligență a plantelor se bazează pe simplul fapt că ele nu se mișcă. Cercetătorii de modă veche au tras concluzia că nu există nici o dovadă a inteligenței, deoarece doar mișcările deliberate dovedesc aplicarea gîndirii și a luării de decizii. Dar este o prostie: o mulțime de oameni stau nemișcați și gîndesc.

Și, de fapt, dacă ne uităm dincolo de prejudecata noastră, găsim că plantele se mișcă; ele doar lucrează la o scală temporală mult mai lentă, astfel încît tindem să nu observăm mișcările lor. Narby dă exemplul palmierului tropical „pe picioroange", care „merge" către lumină, crescîndu-și noi rădăcini înspre partea însorită și lăsîndu-le pe celelalte să moară. „Făcînd aceasta de-a lungul mai multor luni, palmierul-pe-picioroange poate efectiv să-și schimbe locul."

Un alt exemplu este iedera de sol, o viță care se tîrăște pe pămînt și prinde rădăcini doar acolo unde găsește proporția corectă de nutrienți din sol și lumină solară. Făcînd aceasta, ea se trage către noi locuri, evitînd zonele pe care le știe nepotrivite. (Dacă ne uităm la migrația oamenilor, și ei, cu diferite grade de gîndire rațională, se mișcă spre noi locații ce susțin viața, în manieră similară cu a iederii de sol și a palmierului-pe-picioroange. Poate că aceasta este baza observației șamanilor că Creatorul — adică forța creatoare, natura — se asigură că plantele de care avem nevoie ca hrană și pentru vindecare cresc întotdeauna acolo unde trăim noi. Plantele și oamenii se mișcă unii către alții, atrași de aceeași forță: o înțelegere că noul mediu este cel mai potrivit nevoilor lor reciproce).

Oricine a văzut remarcabilul și premiatul serial TV al BBC, *The Private Life of Plants,* de David Attenborough, poate observa cu ochii proprii că plantele se mișcă. Într-unul dintre episoade, fotografierea la anumite perioade de timp a fost folosită pentru a înregistra mișcarea și creșterea plantelor junglei. Cu filmarea redată mai repede, ni se arată că toate plantele din junglă sînt într-un flux constant de mișcare, tinzînd să ajungă la lumina solară de deasupra copacilor și la apa de sub pămînt. Lianele se balansează înainte și înapoi, cîrceii plantelor se întind către alte plante pentru a cîștiga teren în căutarea luminii solare. Pădurea este o masă în continuă mișcare; noi nu percepem aceasta doar din cauză că simțurile noastre nu funcționează conform „timpului plantelor".Toți indigenii însă apreciază aceste calități ale plantelor.

În cartea sa *Magic from Brazil,* Morwyn gîndește că „în timpul germinației și creșterii, plantele absorb și stochează energii imense din pămînt și din cer. Cînd o persoană ingerează o plantă, energia e eliberată și circulată prin trup și în aură. Energia ierburilor adaugă ceva din propria sa natură și ajută la eliberarea energiilor uzate ale pacientului pentru a stimula autovindecarea".

Cercetătorii au înregistrat această „energie a ierburilor" de multe ori, cel mai faimos procedeu fiind fotografia Kirlian, metodă inventată în Rusia

de către Semion și Valentina Kirlian, actualmente folosită în laboratoarele de cercetare de peste tot din lume.

Principiul din spatele fotografiei Kirlian este acela că toate ființele vii emit radiații luminoase, frecvențe electromagnetice și căldură în relație directă cu stările lor interioare. Fotografia Kirlian captează și înregistrează aceste emisii introducînd în subiect un curent de înaltă frecvență și tensiune, care amplifică și face vizibilă energia pe care o conține. Printre succesele metodei se numără abilitățile ei demonstrate în experimente controlate de a prezice supraviețuirea, rata de creștere și starea generală de sănătate a diverse semințe și plante doar prin simpla observare a „aurei“ energetice.

Unele dintre cele mai interesante astfel de experimente sînt incursiunile în fenomenul „frunzei-fantomă“. Acesta apare cînd o mică porțiune a unei frunze este îndepărtată, după care se fotografiază planta. O imagine fantomatică apare în zona lipsă a frunzei, exact ca și cum ea ar fi încă atașată. Cercetătorii Kirlian văd aceasta ca pe o dovadă a unui „corp bioplasmic“ imaterial din interiorul frunzei, o energie care, deși non-materială, este esențială vieții.*

Datorită proprietăților lor energetice, în Candomble (forma braziliană de Vodou despre care scrie Morwyn), „plantele intră în fiecare aspect al ritualului... Despre fiecare iarbă se crede că are o forță eterică ce poate fi ușor absorbită de piele. Fiecare plantă cristalizează o virtute anume, ca fertilitatea, pacea, vigoarea, protecția, longevitatea, curajul, fericirea, norocul sau gloria, și de asemenea poate îndepărta boala, negativitatea, nefericirea și fluidele nocive“.

Băi specifice, numite *abo*, sînt folosite pentru a purifica inițiații pentru preoție. Altele, numite *banhos de descarga* (băi de descărcare), neutralizează energiile negative care s-au prins de o persoană. *Amaci* este o baie pentru cap, care întărește legătura dintre o persoană și al său *orixa* (spirit călăuzitor), protejînd-o în același timp de influențe negative. Și mai sînt multe altele.

---

* Aceasta corespunde și fenomenului „membrul fantomă“ raportat de persoane care și-au pierdut un braț sau un picior în accidente, dar încă simt membrul respectiv, cînd este clar că n-ar trebui să existe nici un fel de senzație, cu excepția cazului în care ei simt ceva de dincolo de fizic. Pentru mai multe detalii despre acest subiect, vezi *Psychic Discoveries Behind the Iron Curtain*, de Sheila Ostrander și Lynn Schroeder.

OAMENII, CA ENERGIE INTELIGENTĂ

În loc să utilizeze cuvîntul „suflet“, unii șamani vorbesc despre oameni ca avînd un „corp energetic“. Este același cu corpul bioplasmic descoperit de cercetătorii Kirlian în plante și în ființele umane. Corpul energetic poate fi imaginat ca un ou luminos ce înconjoară corpul fizic la o distanță aproximativ egală cu lungimea unui braț în fiecare direcție, deși este puțin mai apropiat la cap și la picioare.

Termenul „ou luminos“ ca descriere a acestei energii a intrat în uzul contemporan din opera lui Carlos Castaneda. În consecință, este cumva pus sub semnul întrebării de către aceia care-l suspectează pe Castaneda că a inventat întîlnirile sale cu șamanul yaqui, don Juan, care se presupune că este autorul termenului. Dar de fapt, viziunea corpului energetic îi precede cu secole lui Castaneda. În tradiția europeană *romani*, sufletul a fost descris ca un ou. În Vodou-ul haitian și în Santeria cubaneză, oul reprezintă sufletul, și chiar și Biserica Catolică aseamănă sufletul cu un ou.

Femeia șaman din Anzi, Doris Rivera Lenz (intervievată în Capitolul 1), spune despre ouă că „(ele) sînt uniunea dintre masculin și feminin. Ar trebui să recunoaștem această uniune ca fiind sacră în cel mai înalt grad. Și noi provenim dintr-un ou. Astfel, oul este energia totală a celulelor mamei și tatălui“.

Așadar, destul de des, în multe culturi, corpul de energie este considerat a avea formă de ou. Este și ceea ce văd șamanii cînd intră în transele lor vindecătoare.

Corpul energetic este uneori împărțit mai departe în patru benzi de lumină, reprezentînd diferite aspecte ale sineului. De obicei, de la exterior spre interior, ele sînt „corpurile“ spiritual, emoțional, mental și fizic ce formează sufletul.

Cel spiritual este cel mai îndepărtat de trupul fizic, începînd la o distanță de aproximativ lungimea unui braț și întinzîndu-se la infinit. El ne conectează cu Universul energetic ca întreg. Prin el operează percepția extrasenzorială și alte fenomene inexplicabile, și el facilitează comunicarea noastră cu alte inteligențe, ca de exemplu plantele. Sinele emoțional este puțin mai aproape, o bandă care începe la aproximativ 25 de centimetri de corp. Sinele mental este spațiul dintre cel emoțional și cel fizic.

Toate bolile apar din lumea nevăzută și ne afectează întîi spiritul. Dacă sîntem sensibili, putem detecta o energie intruzivă sau o „forță exterioară“ care se conectează la această bandă de lumină și simțim că ceva este în neregulă, chiar dacă nu putem spune ce. E sentimentul pe care îl avem cînd

intrăm într-o cameră și ne simțim ciudat fără vreun motiv aparent sau cînd întîlnim o persoană nouă și știm că nu ni se potrivește. Mulți oameni au aceste experiențe, dar sînt mai puțin conștienți cînd e vorba despre sănătate, astfel încît percepția energiilor intruzive poate trece nedetectată pînă cînd ele se stabilesc în cîmpurile noastre.

Pe măsură ce migrează către corpul fizic, boala va deveni totuși mai observabilă. Cel mai frecvent, mai întîi se instalează la nivelul emoțiilor, deoarece ele sînt cele mai sensibile organe de conștientizare. Dar numai atunci cînd boala intră în sfera mentală vom putea să simțim și să numim problema. În cele din urmă, ceea ce începe ca o conștientizare spirituală subtilă devine o realitate fizică.

În practica sa de vindecare, șamanul se preocupă de punctul de origine spirituală a bolii. Dacă energia intruzivă poate fi dispersată înainte de a deveni solidă și încorporată în pacient, atunci fiecare parte a corpului energetic, de la cel spiritual pînă la cel fizic, va fi vindecată. Deseori acesta este scopul unei îmbăieri sacre: de a îndepărta energia care nu ajută și de-a o înlocui cu o forță benefică.

O astfel de vindecare nu se adresează simptomelor bolii din corpul fizic, așa cum o face medicina vestică, ci cauzei bolii în sine, pe baza credinței că, deoarece toate bolile sînt energetice, ele pot fi vindecate în acest mod: prin schimbarea energiei pacientului. „Șamanic“ vorbind, există un număr limitat de cauze ale apariției bolilor, iar ele sînt de obicei legate de o lipsă de echilibru sau de o slabă conectare spirituală a pacientului.

În Vodou, de exemplu, menținerea unei bune relații cu Dumnezeu, cu *Lwa* (spiritele protectoare) și cu *ghedes* (morții sfinți și strămoșii) asigură sănătatea și puterea individului. Doar atunci cînd legătura este ruptă ajunge să fie posibilă boala.

Am putea exprima aceasta în termeni psihologici vestici în felul următor: cînd avem credință, o rațiune de a fi și un scop în viață, cînd avem ajutorul familiei și ne respectăm strămoșii, avem și un puternic sentiment al valorii proprii și o identitate personală bine definită, astfel încît automat ne simțim sănătoși, în formă, în putere. Un număr de studii științifice au arătat, de exemplu, că oamenii se recuperează mai rapid după intervenții chirurgicale atunci cînd au atît credință, cît și o familie și prieteni cărora le pasă de ei.*

Totuși, cînd oamenii sînt singuri pe lume, stima lor de sine scade și se instalează depresia, aducînd prejudicii sănătății și dorinței de a trăi. Psihiatrul

---

* Vezi *Spirit in the City*, de Ross Heaven, pentru mai multe amănunte pe această temă.

Viktor Frankl a scris despre aceasta în lucrarea sa *Man's Search For Meaning*. Pentru Frankl, izolarea, lipsa țelurilor și a conectării în viața modernă sînt cauzele principale ale problemelor mentale, emoționale și, în multe cazuri, fizice ale clienților. Speranța — ceva în care să crezi — și conectarea la ceilalți sînt mijloace de tratament chiar mai importante decît psihoterapia în sine.

Houngan-ul* Max Beauvoir scrie:

> Multe boli sînt considerate a rezulta din comportamentul social neadecvat al individului. De exemplu, multe cazuri (în Haiti) apar din cauza disputelor legate de moșteniri, cînd individul ia în stăpînire fără drept terenuri comune ale familiei. Lipsa de respect, de curaj și/sau de generozitate — care în sine constituie slăbiciuni de caracter — se reflectă și ele în starea de sănătate a individului. În aceste situații, se spune că persoana este bîntuită de spiritul unui decedat (*mò*) trimis asupra sa de către familie sau vecini.
>
> Aici este necesar ca pacientul să-și ispășească greșelile. Pelerinajele, munca de voluntariat în spitale, pomana pentru săraci, slujbele religioase pentru decedați și alte astfel de acțiuni constituie elemente care pot duce la remedierea problemelor.
>
> Mai departe, *mò*-ul intrus este deseori alungat prin metode precum biciuirea, considerată una dintre cele mai radicale și eficiente căi de expulzare.

„Slăbiciunile de caracter" ale unui individ pot, în unele privințe, să fie tratate ca o boală mai degrabă socială decît personală, în special în societățile care stimulează competiția, aprobîndu-i social pe cei care „reușesc" și pedepsindu-i (dezaprobare, ostracizare) pe cei ce eșuează. În astfel de culturi, oamenii se simt deseori speriați, lipsiți de speranță, pierduți, singuri. Studiile ne spun că mulți occidentali nu mai au încredere în politicieni, în marile companii, nici chiar în producătorii de alimente, deoarece îi cred interesați doar de profituri și de propria lor stare de bine. Oamenii simt că nu mai au conducători, se simt prinși în capcană, izolați și trădați, ceea ce duce la frustrări, îndoieli de sine și anxietate. Tensiunile de acest fel pot duce la boli fizice și la slăbirea sufletului, care, la rîndul ei, îi împinge pe unii spre imoralitate.

---

* *Houngan* este preot șaman și vindecător în tradiția Vodou.

O modalitate prin care tradiția Vodou tratează această deconectare este prin ritualul de îmbăiere numit *lave tete* (spălarea capului), respectiv *rogacion,* în Santeria. Scopul spălării capului este de a „deschide“ mintea pacientului și a-l reconecta cu Dumnezeu, cu Lwa, cu strămoșii. În termeni psihologici, am putea spune că băile eliberează tensiunile prin slăbirea atașamentului pacientului față de competitivitate și ajutarea sa să se relaxeze într-o legătură mai plină de sens și mai sănătoasă cu Universul. Pacientul nu mai este obsedat de lumea materială, deoarece vede ceva dincolo de ea și înțelege că este iubit de Dumnezeu ca oricine altcineva.

Spălarea capului se încheie cu cîntece rituale, care într-un fel sau altul subliniază egalitatea în fața lui Dumnezeu: „Nous tout se yon-O! divan Bondye“ e unul dintre ele. Tradus, el declară că „toți sîntem una în fața lui Dumnezeu“, Bondye (din francezul „bon dieu“) fiind numele haitian dat supremei energii a Universului.

Beauvoir scrie în legătură cu ritualurile de îmbăiere: „Rezultatele imediate sînt datorate energiei care curge din ierburi și energiei folosite pentru a le macera. Cîntul și dansatul, formele obișnuite de exprimare Vodou, sînt în sine considerate profilactice, promovînd o distribuire sănătoasă a *dan* (energie spirituală sau forță vitală) în tot corpul.“

UNIVERSUL, CA ENERGIE INTELIGENTĂ

Teoria corzilor este una dintre cele mai interesante din fizica modernă. Ea a fost dezvoltată pentru a depăși istoricul eșec al științei mecaniciste în explicarea Universului, și pentru a găsi sensul contradicțiilor și al anomaliilor pe care le observăm în lume. Așa cum spune publicația online a Universității Cambridge, *Cambridge Relativity*: „Pentru a ține cont de diferitele interacțiuni observate în natură, e nevoie de particule cu mai multe grade de libertate decît doar poziția lor și viteza.“

Cu alte cuvinte, pentru a descrie lumea în mod eficient, trebuie să admitem că ea are mai multe dimensiuni decît cele patru pe care le putem observa: lungime, lățime, adîncime (în spațiu), și a patra, timpul.* *Cambridge Relativity* continuă:

> Au fost concepute teorii care descriu cu mare succes trei dintre cele patru interacțiuni cunoscute în natură: electromagnetismul și forțele

---

* Și aceste patru dimensiuni sînt puse sub semnul întrebării. Timpul, de exemplu, este o construcție umană, pentru că tot ceea ce cu adevărat observăm în natură este schimbarea. „Timpul“, ca și „îmbătrînirea“, este un termen relativ pe care îl aplicăm acestei schimbări.

nucleare slabe și puternice. Din nefericire, cea de-a patra interacțiune, gravitația, frumos descrisă de Teoria Relativității a lui Einstein, pare a nu se potrivi în această schemă. Oricînd am încerca să aplicăm regulile, obținem rezultate care nu au nici un sens. De exemplu, forța dintre doi gravitoni (particulele care mediază interacțiunile gravitaționale) devine infinită, și nu știm cum să scăpăm de aceste „infinități" pentru a obține rezultate fizice logice.

Aici avem două observații de făcut. Prima este că și știința modernă tratează Universul ca fiind la nivel fundamental compus din energie. Acest fapt este descris de „cele patru interacțiuni cunoscute în natură" (electromagnetism, forțele nucleare puternice și slabe, gravitația). Deci, existența materiei fizice, a efectelor fizice (și a Universului însuși) depinde de energie.

A doua este că cercetătorii, după cum singuri recunosc, nu înțeleg cum funcționează Universul, deoarece una dintre energiile de bază pe care încearcă s-o înțeleagă (gravitația) nu se încadrează în propriile lor reguli. Și totuși, lumea funcționează. Este o justificare a afirmației lui Michio Kaku: „Universul e mai straniu decît ne putem imagina."

Pentru unii cercetători, concluzia (de cele mai multe ori spusă în șoaptă pe holurile academiilor) este că există o inteligență a energiei Universului, o inteligență pe care n-o înțelegem și n-o putem măsura, dar care e mai mare decît a noastră. Fizicianul Fred Alan Wolf, de exemplu, în lucrarea *The Dreaming Universe,* expune înțelegerea sa asupra lumii, spunînd că nu „forțele au creat orbește aceasta, nici mecanica, și nici natura oarbă. O ființă clar organizată, inteligentă, rațională, simțitoare, antropomorfă asemenea mie este cea care a creat-o. În acest sens, simt prezența lui Dumnezeu".

Chiar și cercetătorii care pe față neagă existența acestei inteligențe trebuie ca în mod tacit s-o accepte, dacă lucrează cîtuși de puțin cu teoria corzilor, pentru că însuși numele acestei ramuri a științei provine de la faptul că operațiunile Universului în cadrul acestui model științific sînt concepute precum vibrațiile corzilor unui instrument muzical vast. Iar fiecare instrument trebuie să aibă pe cineva — sau ceva — care să cînte la el. Muzica descrie Universul nu doar mai poetic, ci, în zilele noastre, mai exact decît matematicile.

Atît pentru cercetătorii noștri, cît și pentru șamani, Universul este energie, este inteligent și conștient de sine. Oamenii, plantele și întreaga ordine a lumii sînt alcătuite din energie. Iată de ce e posibil ca ceva atît de simplu ca o baie florală să funcționeze: prin energia pe care o împărtășim. Spiritul

plantelor ne pune în legătură cu mai vasta energie a Universului și cu inteligența ce o îmbibă. Sau, cum ar spune șamanii: sîntem vindecați prin reconectarea la spiritul divin al naturii.

BĂILE ÎN AMAZONIA: UN INTERVIU CU UN ȘAMAN

În Peru, băile florale sînt numite *banjos florales* și sînt o constantă a vindecării șamanice, din înălțimile Anzilor pînă în bazinul Amazonului. Oamenii le folosesc pentru a se spăla de spiritele malefice, pentru a îndepărta blocajele, astfel încît energia Universului să poată să-i inunde și să corecteze dezechilibrele. Artidoro Aro Cardenas descrie procesul, așa cum are loc în Peru:

Cum se efectuează băile?

AAC: Îmbăierea se face cel mai frecvent în diminețile de după ceremoniile ayahuasca, pentru a modifica trupul, astfel încît să accepte noile informații ale viziunilor. Dar aceasta nu se aplică întotdeauna. Uneori, băile sînt administrate înainte de ceremonie, pentru a deschide persoana, iar uneori ele sînt folosite doar în sine, ca vindecare.O cadă este umplută cu apă la care se adaugă plantele de care pacientul are mai mare nevoie, precum *mocura* și *ajo sacha*, unii dintre cei mai puternici „doctori". Se mai poate adăuga *agua florida* sau *agua de colpas*.

Persoana trebuie să se apropie într-o manieră sacră, rugîndu-se să-i fie împlinite dorințele și cu credința că așa va fi. Apoi, șamanul toarnă apa de deasupra capului pacientului și o lasă să curgă pe trup, suflînd fum pentru a-l purifica sau parfum pentru ca el să înflorească. Uneori, persoana se rotește — întîi la stînga (în sensul opus acelor de ceasornic), apoi la dreapta (în sensul acelor de ceasornic). Prima rotire este pentru a scăpa de negativitate; a doua este pentru a atrage energia pozitivă.

Îmbăierea are loc pe un mal de rîu, pentru ca energia care este îndepărtată să-și găsească drumul către mare.

Ce plante se folosesc în băi?

AAC: Băile florale nu conțin multe plante. În schimb, se aleg anumite plante sau flori, în funcție de problema pacientului. Încep prin „gătirea"

unor plante bine mirositoare din junglă și la acea esență adaug puțin alcool și puțină *agua florida*. Apoi, iau flori, le zdrobesc și adaug sucul lor la amestecul pe care apoi îl pun în sticle. Cînd fac aceasta, țin dietă și mă abțin de la a mînca sărat. Se poate face fie o singură baie florală, fie o serie de băi, pentru un efect mai profund și mai complet.

Un caz obișnuit în care oamenii fac baie florală este cînd ceva nu le merge bine — de exemplu, nu au de lucru sau au ghinion. Întîi le fac o baie de curățare pentru a îndepărta *saladera* (ghinionul), care apare ca sare pe pielea lor. În apa de baie pun apoi *ajo sacha*, *mishquipanga*, ruda și *romero* (rozmarin). Apoi urmează baia florală pentru obținerea lucrurilor dorite: noroc, serviciu etc.

Poți da exemplu de alte băi și la ce folosesc ele?

AAC: Pentru a schimba norocul se folosește *mocura*, iar pacientul va găsi că, după două săptămîni, lucrurile s-au schimbat. De exemplu, poți găsi slujba pe care o căutai, sau acolo unde viața ta era turbulentă sau blocată a apărut ceva mișcare, lucrurile încep să se schimbe. Mocura este de asemenea folosită pentru a curăța gîndurile negative trimise asupra ta de alții.

Pentru curățarea spiritului, frunzele roșu închis de *pinon colorado* au efect în desfacerea vrăjilor și răului. Această plantă se utilizează și în băi de abur și se poate vedea o mîzgă, vraja rea, apărînd pe pielea pacientului cînd iese din trup.

Pentru înflorirea vieții, se folosesc plantele de *bano de florecimiento*. Ele ajută la conectarea cu noi înșine, la atragerea curajului și puterii din noi înșine, pentru depășirea obstacolelor și pentru ducerea unei vieți pline de sens, productivă, în concordanță cu intenția sufletului nostru. Amestecul pentru această baie este *agua de colpa* dintr-un loc din junglă în care se adună apă pură de ploaie. Deseori, vînătorii beau și ei apa pentru a atrage animalele. La ea se adaugă *albacca*, o plantă folosită pe scară largă în Peru pentru parfumul său puternic și dulce. Ea este utilizată în loc de sprayuri cu aerosoli pentru împrospătarea caselor și, de asemenea, e pusă pe cadavre în timpul înmormîntărilor. Din perspectiva băilor florale, atrage mulți prieteni și rezultate pozitive. Se mai folosește pentru a trata gastrita, apendicita și problemele vezicii biliare, în care caz se ia sub formă de ceai. Se mai adaugă și mentă pentru a împrospăta și revitaliza persoana care se îmbăiază. Menta

e bună și pentru calmarea nervilor și eliberarea de griji. Cînd persoana face baie, toate aceste calități sînt absorbite de piele și de spirit.

Deși ingredientele exacte probabil că nu sînt disponibile în Occident (cu excepția mentei), e posibil să lucrați cu plante care au calități similare cu cele descrise de Artidoro. Dacă vreți să încercați personal baia pentru noroc, puteți folosi ca bază, în loc de agua de colpa, apă proaspătă de ploaie adunată din pădure sau roua de dimineață a ierbii și a frunzelor. În loc de *albacca*, folosiți alte flori sau ierburi mirositoare — petale de trandafir, de exemplu, sau șofran zdrobit, pentru a elibera aroma. (Vezi Anexa 2 pentru alte variante).

Din nou, foarte importante sînt atitudinea pozitivă și intenția clară. Plantele vă vor ajuta să atrageți energii benefice și binevoitoare.

BĂILE ÎN HAITI: UN INTERVIU CU UN VRACI

Procesul îmbăierii rituale este similar în Haiti. Aici, cel care se îmbăiază se apropie de butoiul cu apă ducînd o lumînare albă, pe care trebuie s-o mențină mereu aprinsă. Cu siguranță, aceasta este pentru a-și concentra mintea asupra intenției rugăciunii pentru vindecare, deși lumînările sînt și o modalitate de-a atrage atenția spiritelor. Lumînarea e înmînată unui asistent, iar pacientul îngenunchează înaintea butoiului pentru a primi prima spălare de la șaman sau *medsen fey*. Apoi, se ridică în picioare, și, la fel ca în Peru, se rotește spre stînga și spre dreapta pentru următoarele spălări. În magia din Haiti, direcția contrară acelor de ceasornic e cea a descreșterii, a îndepărtării energiilor nedorite, iar sensul acelor de ceasornic este pentru creștere și tragerea în interior a energiilor dorite.

Numărul de spălări pe care le primește și plantele conținute în apă depind de ce *Lwa* a dat putere băii, prin rugăciunile șamanului. „Aceasta depinde de nevoile pacientului“, spune Loulou Prince.

Ce plante sînt folosite?

LP: Plantele pe care le folosim sînt secrete, dar îți voi spune de exemplu că Papa Ogoun (Lwa-ul) aduce putere și lui îi plac mirodeniile și ardeii iuți, așa că pe acestea le adăugăm ca să-l chemăm în baie. Niciodată nu primești doar plante; plantele sînt Lwa. Ele îl conțin, de asemenea, și pe

Gran Bwa, spiritul tuturor frunzelor din pădure. Cînd îmbăiez o persoană și o masez cu frunze, tot timpul mă rog către Lwa să o binecuvînteze și să o protejeze, iar ea îi primește în sine pe Lwa; nu este doar o frecție cu plante!

Ce ritualuri sînt implicate la îmbăiere?

LP: Ritualul începe cu mult înainte de baia în sine. Eu trebuie să merg în pădure să adun frunzele în maniera corectă, să plătesc copacii (vezi fotografia unui *houngan* conducînd o plimbare după frunze pe pagina 4 a secțiunii foto). Apoi, ar mai putea avea loc un *pile fey**, ritual, în care frunzele sînt măcinate în pudră pentru uz magic. Piulița folosită la un pile fey este o buturugă mare și goală, iar pisălogul e de asemenea făcut dintr-un trunchi de copac sau dintr-o creangă groasă, și este atît de mare, încît e nevoie de doi oameni ca să lovească frunzele cu el. Deseori, Lwa înșiși posedă oamenii ca să-i ajute la muncă și pentru a încuraja aceasta, în timpul ceremoniei se dansează, se bate toba și se cîntă.**

Apoi, frunzele sînt folosite într-o varietate de moduri și devin materie primă pentru *pajet*, *wanga* (talismane magice pentru dragoste și noroc) și, bineînțeles, băi. (Vezi în secțiunea foto fotografiile sticlelor *wanga* decorate cu șerpi). Pacientul trebuie să fie îmbăiat doar după ce toate aceste chemări către Lwa au fost făcute, iar respectul față de ele a fost exprimat; altfel, baia nu va avea efect.

Există un echilibru fragil în această vindecare: dacă pacientul primește prea multă putere, se spune că el poate deveni *loupgarou* (om-lup, vîrcolac) sălbatic și necontrolat. Echilibrul este cheia vindecării.

I-am explicat lui Loulou că în Jamaica băile rituale au loc în Balm Yards, spații speciale în care doctorul și preotul îmbăiază un pacient. După Zora Neale Hurston, în *Tell My Horse*, „Uneori, vindecătorul diagnostichează un caz ca boală naturală și prescrie o baie sau o serie de băi în infuzii de plante secrete. Deseori, diagnosticul este că pacientul a fost «rănit» de un *duppy* (un spirit), iar baia este făcută pentru a îndepărta spiritul. Balm Yard-ul cu reputație nu duce niciodată lipsă de clienți."

---

* Literalmente, „ruperea frunzelor".

** Multe dintre cîntece fac o legătură între plante și șerpi, o relație cum există și în Amazonia, unde se crede că ayahuasca este născută dintr-un șarpe. Această paralelă are loc, deși în Haiti ayahuasca nu este cunoscută. Un cîntec de leac, de exemplu, are următoarele cuvinte: „Fey, koulev o, fey! Fey o, koulev, fey! M pral benyen ti moun yo." Aceasta se traduce: „Frunze, șarpe, o, frunze! Frunze, o, șarpe, frunze! Voi îmbăia copiii!"

Unde au loc ritualurile tale de îmbăiere? Și tu folosești un spațiu sacru dedicat, precum Balm Yard-ul?

LP: În Haiti, baia este deseori făcută în *hounfor* (templul Vodou) și există un loc special pe care îl folosesc pentru asta. Cred că este ca un „balm yard", deși mai puțin formal. Totuși băile pot avea loc în afara hounfor-ului, la izvoare și rîuri, unde trăiesc Lwa. Băile pentru La Siren, spiritul sirenei, au loc în ceremonii pe malul oceanului. Mai sînt și locuri de pelerinaj pentru îmbăieri de noroc, ca Bassin Saint Jacques în Plaine du Nord, unde cei ce se îmbăiază intră în nămol, care este încărcat cu o energie specială.*

Este ceva obișnuit ca în astfel de momente să aibă loc posedări, cînd Lwa intră în trupul celui care se îmbăiază, pentru a-l purifica din interior.

Alt loc de pelerinaj este Sant d'Eau — acolo sînt cascade înconjurate de copaci imenși, case ale spiritelor. Prin frunzele și rădăcinile acestor copaci, spiritele încarcă apa cu puterea lor.

REȚETE PENTRU SUCCES

Băile sacre sînt locul de întîlnire a trei energii: umană, a plantelor și universală. Pentru ochii noștri, efectele lor pot fi inițial subtile, pentru că nu am fost învățați să vedem lumea sau pe noi înșine din perspectiva energiei, ci să vedem totul ca materie fizică. Astfel, baia este ca un fel de nou limbaj al sănătății, ca un nou mod de a vedea. Puterea sa intră în noi lent la început, ca și cum inteligența pe care o conține se deschide cu blîndețe și gradat, construindu-ne puterea. Apoi, după o vreme, putem să primim vindecare mai profundă, fără a fi suprasolicitați sau șocați. Dacă ne păstrăm încrederea în proces, vom stăpîni limbajul plantelor și vom experimenta mai puternic efectele îmbăierii odată cu trecerea timpului.

Următoarele rețete sînt oferite pentru ca să puteți explora personal aceasta. Primele două sînt din Haiti, următoarea este din Peru, iar ultima se bazează pe puterile simbolice și energetice ale plantelor cultivate în America.

În Haiti și Peru, băile se fac afară, în natură, dar pentru motive practice vă sugerăm să folosiți cada din casă, deși va trebui totuși să abordați îmbăierea într-o manieră sacră. Puteți purta în mînă o lumînare rituală cînd

---

* Aceasta e o formă de „renaștere", de fapt; o binecuvîntare sau vindecare supremă, în care cel ce se îmbăiază „dispare" în nămol și apoi renaște curat spiritual și fizic, cînd nămolul este spălat de pe el.

intrați în baie, dacă aceasta vă ajută să vă conectați cu intenția dumneavoastră spirituală; dacă nu, faceți pur și simplu baie la lumina lumînării și spuneți-vă rugăciunile înainte de a intra în cadă.

În cadă, stați în picioare și rotiți-vă mai întîi în sens contrat acelor de ceasornic, apoi în sensul acelor de ceasornic, vizualizînd energiile negative părăsindu-vă și energiile pozitive umplîndu-vă trupul pe cînd turnați apă pe dumneavoastră. Apa trebuie să fie cît de rece puteți suporta.

Baia dragostei (Haiti)

Pentru purificarea energiilor și deschiderea către dragoste.

Pentru a face această baie aveți nevoie de următoarele:

- cîțiva stropi de apă de flori (sau parfum)
- cîteva lăstare de busuioc proaspăt
- o mînă de petale de trandafiri
- cîteva bucăți proaspete de aloe
- patru sau cinci frunze de portocal

Opăriți toate ingredientele vreme de o oră în apă și, cînd se răcește, adăugați-le la o baie cu apă rece împreună cu trei picături de esență de vanilie și o căniță de lapte. Turnați-vă apa pe trup și cereți spiritelor plantelor să vă dăruiască magia lor și să vă dea puterea de a atrage dragostea de care aveți nevoie. Cînd ați terminat baia, duceți rămășițele plantelor în natură și îngropați-le la rădăcina unui copac sau aruncați-le într-un pîrîu, lăsînd o ofrandă de mulțumire spiritelor acelui loc.

Baia puterii (Haiti)

Pentru energia necesară rezolvării problemelor.

Această baie lucrează direct cu puterea Lwa, energii spirituale ce au roluri și acțiuni specifice asupra ființelor umane. În Haiti, baia de bază consistă din următoarele:

- apă sfințită (sau de izvor)
- apă de flori
- o selecție din următoarele ierburi (nu sînt necesare toate): *acacia jane* (puteți să o înlocuiți cu mimoză), *amwaz* (talpa gîștei), *balai-dou*

(lemn dulce), *balisier-rouge* (pătlagină), *basilica* (busuioc), *bwa-major* (ardei).

În funcție de natura problemei sau a intervenției spirituale cerute, puteți să adăugați următoarele:

- Garoafe și/sau santal. Aceste plante sînt sacre pentru Legba, păzitorul porții către ceilalți Lwa (cum este Sf. Petru pentru sfinți) și către întregul Univers spiritual. Astfel, garoafele și santalul se vor conecta la lumea spiritului în general și vă vor aduce fortificare și putere de acolo.
- Lavandă și/sau rozmarin. Acestea sînt plantele La Siren (sirena), spiritul acvatic ce vă va revigora emoțiile și puterile subconștientului, dîndu-vă acces la bogățiile ce sînt de găsit în oceanele adînci ale sinelui.
- Frunze de mango, podbal, tătănească și/sau mentă. Prin aceste plante este chemat, pentru putere și încredere în sine, Ogoun, Lwa-ul războinic.
- Scorțișoară, petale de trandafir (roz) și/sau gălbenele. Acestea sînt pentru Erzulie, spiritul dragostei, care aduce daruri luxoase de opulență și confort, precum și armonie în relațiile romantice și de alte feluri.

În sistemul african yoruba, care cuprinde aspecte din Vodou-ul modern, Lwa — cunoscuți aici ca *orisha* — sînt în principal aceiași, deși corespondențele lor cu plantele sînt diferite. La yoruba, următoarele ierburi (numite *ewe*) sînt sacre pentru fiecare dintre spirite, și pot fi și ele folosite în băi:

- Pentru Obatala (spiritul cunoscut în Vodou-ul haitian sub numele Bondye, creatorul și supremul vindecător): gura lupului, salvie, nuci de cola, busuioc, verbină, isop, salcie și valeriană.
- Pentru Oshun (Erzulie în Haiti, spiritul senzualității, frumuseții și grației): mărcriș, brusture, scorțișoară, damiană, anason, zmeură, coada șoricelului, mușețel, lotus și echinacea. Oshun are o afinitate specială pentru femei și copii și poate fi chemată să ajute la nașteri, la alinarea problemelor specifice femeilor, pentru protecția și starea de bine a copiilor.
- Pentru Yemoja (în Haiti, La Siren, mama apelor): varec, *cimicifuga racemosa*, păpădie, aloe, mentă, floarea pasiunii și cartof dulce.

Yemoja se preocupă de sexualitate, de inconștient, de emoții, și protejează femeile.

- Pentru Ogun (în Haiti, Ogoun, „zeul de fier"): pătrunjelul, păducelul și usturoiul. Ogun este și spiritul luptei și al puterii. El „eliberează calea", făcînd ca problemele să dispară pentru ca energia să poată circula.
- Pentru Oya (în Haiti, Brigid, „mama cimitirului", spiritul renașterii, al noilor începuturi): lumînărică, tătăneasă, coajă de cireș, unguraș și iarba fetei.
- Pentru Elegba (în Haiti, Legba, mesagerul zeilor, paznicul Lwa) toate ierburile pot fi folosite, din moment ce Elegba întărește spiritele Universului, ducînd la o conexiune spirituală mai puternică. De asemenea, are putere asupra spiritelor plantelor, amplificîndu-le efectele vindecătoare.

Baie calmantă (Peru)

Pentru pace, noroc și armonia sufletului.

Această baie combină plante care au calități de liniștire și purificare:

- *Aire sacha* (roiniță) — care în Peru este cunoscută drept „frunza miracol" și aduce echilibrul interior și exterior trupului și sufletului, prin îndepărtarea *mal-aire* (aer rău, blesteme sau negativitate, deseori trimise prin *envidia*).
- *Comphrey* (tătăneasă) pentru protecție și noroc.
- *Rosa sisa* (gălbenele) — o plantă ce reface sufletul și care a fost deja menționată de multe ori în această carte pentru puterile sale de vindecare a sufletului. Puneți cîte o mînă din fiecare în apa de baie și masați-le pe trup cînd vă udați.

Limbajul florilor (tradițional american)

Rețeta dumneavoastră personală

Aceasta este o ocazie de a vă crea propria baie florală în funcție de nevoile personale. Ea se bazează pe Vocabularul Floral sau „limbajul florilor", care era popular spre sfîrșitul secolului al XIX-lea și care a înregistrat înțelesurile simbolice și puterile de atracție ale multor flori din America. Vocabularul era cîndva cunoscut tuturor tinerelor femei și devenise o formă de comunicare între prietene, care își trimiteau reciproc flori, ca într-un „cod al

sentimentelor“ și ca formă de binecuvîntare. Apoi, florile atrăgeau în viața destinatarei calitățile pe care le reprezentau. Unele dintre aceste calități sînt listate mai jos, iar din ele puteți să vă concepeți propria baie. Acum, limbajul florilor nu mai este atît de cunoscut în America. Prin folosirea băilor, puteți resuscita interesul față de această formă de vindecare populară și de a face urări de bine.

- migdală — speranță
- dafin — glorie
- piciorul cocoșului — bogăție
- ciubotica cucului — grație
- dalia — eleganță
- chimion — vigoare
- ochiul soarelui — loialitate
- crin (alb) — puritate
- magnolia — binecuvîntările naturii
- măslin — pace
- mac — puterea viselor
- trandafir (roșu) — dragoste
- steaua din Bethleem — reconciliere
- helichrysum sanguineum — unitate
- floarea soarelui — spiritualitate
- lalea — influență asupra altora
- violetă — fidelitate
- hamamelis — puteri magice.

Adăugați în apa de baie florile ce reprezintă atributele pe care le doriți atrase în viața dumneavoastră și faceți baie ca de obicei.

7

ȚIPĂTUL MĂTRĂGUNEI

Cînd o furtună se apropie, fii la fel de înmiresmat ca o floare dulce mirositoare.

JEAN PAUL RICHTER

Rădăcina mătrăgunei are forma unei ființe umane cu tot cu mîini și picioare. Ea este o plantă magică puternică — unii spun chiar periculoasă — despre care legendele afirmă că, atunci cînd este trasă din sol, scoate un țipăt de durere și indignare față de violarea sa și a Pămîntului. Oricine aude țipătul va muri cu siguranță dacă nu se iau imediat măsuri rituale de precauție pentru a onora planta și mediul său.

Miturile și legendele de acest fel sînt deseori povești din care avem de învățat, în spatele cărora există un adevăr mai adînc. În țipătul mătrăgunei există pentru noi o lecție despre faptul că e nevoie să „călcăm ușor Pămîntul“ — să tratăm lumea cu respect, să ne trezim către spiritul ei și să luăm doar atît cît avem nevoie. Rasa umană, cu a sa „mentalitate a măsurătorii“, nu s-a conformat prea mult acestei idei în trecut, aducîndu-ne în situația de astăzi: schimbare accelerată a climei despre care unii cercetători spun, sec, că este ireversibilă. Pur și simplu va trebui să ne obișnuim și să ne pregătim pentru vreme mai haotică și mai sălbatică — uragane, inundații, creșterea nivelului mării, veri dogoritoare și ierni înghețate, recolte pierdute, lipsa hranei și a apei de băut, care vor crește în intensitate an după an. Totuși, putem să acordăm acum mai mult respect Pămîntului, reducînd poluarea și secătuirea resurselor, pentru a lăsa copiilor noștri o planetă cu un oarecare confort. Sau poate că și ei vor auzi țipătul mătrăgunei.

MOARTEA UNUI ȘAMAN

De fiecare dată cînd moare un șaman este ca și cum a ars o bibliotecă.

MARK PLOTKIN

Există aproape 270.000 de specii de plante ce înfloresc pe Pămînt, și mai puțin de un procent dintre ele au fost studiate pentru proprietățile lor vindecătoare.

Mai mult, majoritatea cercetărilor care au loc se întîmplă în laboratoarele occidentale, unde sînt folosite, bineînțeles, metode științifice mai curînd decît metode spirituale. Intenția lor este de a izola unul sau două ingrediente active și de a patenta cît mai multe medicamente, în loc de a găsi mai multe tratamente. Ca parte a acestui proces, cercetătorii sacrifică planta în sine. Este ca și cum am omorî o ființă umană pentru a lua doar dinții și părul. Oricare alte secrete pe care planta ni le-ar putea spune mor cu ea, pe altarul raționalismului occidental.

În jur de 125.000 de specii — aproape jumătate dintre plantele Pămîntului — se află în junglele tropicale, care acoperă aproape opt miliarde de acri din suprafața lumii. Unul din trei medicamente derivate din plante provine din plantele acestor jungle. Cu toate acestea, numai 1% dintre ele au fost analizate în scopuri medicinale.

Estimările variază, dar este bine cunoscut că mai multe mii de acri din aceste jungle sînt distruse anual de către companiile vestice sau de către fermierii locali sponsorizați de Vest, pentru a putea avea loc pășunarea vitelor și exploatarea minerală, în interesul companiilor fast-food și petroliere. Nu există nici un dubiu că multe dintre plantele care dispar dețin cheile unor noi medicamente salvatoare de vieți — știm din cele mai puțin de 1% pe care le-am studiat — și totuși, în fiecare an, alte mii sînt distruse. Odată plecate, ele nu se vor mai întoarce niciodată.

Dar aceasta este doar jumătate din poveste, deoarece modurile de lucru cu plantele mor și ele, fiindcă Occidentul își exportă către aceste culturi nu doar tehnologia și nevoile, ci și valorile și modurile sale de a vindeca lumea. Este o plîngere frecventă a șamanilor Amazoniei, de exemplu, faptul că mult mai puțini tineri vin să învețe leacurile naturale și să se întîlnească cu spiritele plantelor. Ei, în schimb, migrează către orașe sau își pun încrederea în știința vestică, cea care îi vede pe șamani ca demodați, creduli sau naivi.

Acești șamani, care își cultivă succesorii prin ucenicie, nu mai au studenți pe care să-i învețe, iar cunoașterea lor moare la fel de rapid ca pădurile din jurul lor.

„Întotdeauna le-am spus copiilor mei: fiți ce vreți, dar nu vă uitați cultura!“, spune Guillermo Arevalo. „Veniți înapoi la natură și la neamul vostru.“ Este trist, dar nu toți fac așa, în ciuda pledoariilor vindecătorilor.*

Este o tragedie nu doar pentru cultura Amazoniei, ci pentru toată umanitatea, deoarece multe dintre medicamentele folosite în Vest sînt derivate din cunoașterea șamanică. De zeci de ani, companiile farmaceutice au angajat antropologi și etnobotaniști să lucreze cu șamanii pentru a învăța unde să caute plantele și ce boli vindecă ele.

Și în Haiti situația arată similar. Pe această insulă din Caraibe există mai puțină tentație a tineretului pentru a adopta căile Vestului, deoarece tot ceea ce au experimentat ei cu adevărat din Vest, într-o cultură născută în sclavie și ca subiecți ai exploatării de la început, este opresiunea. Totuși, ceea ce oamenii își doresc cel mai des este puterea, mai curînd decît comuniunea spirituală, iar aceasta e măsurată în termeni vestici, astfel încît banii și posesiunile materiale devin noii zei. Nu ne surprinde, fiindcă folosirea vestică a forței pentru a lua puterea de la alții este ceea ce au învățat încă de cînd s-au născut.

Ca o consecință, deși încă au loc inițieri șamanice, pentru mulți ele devin un mod de a cîștiga bani într-o țară săracă — mai mult o slujbă decît o chemare pentru vindecare. Șamanii mai bătrîni și mai experimentați vorbesc despre un declin al puterii spirituale a noilor veniți în această profesiune. „Nu pun suflet“, spun ei. În inima propriei noastre culturi vestice, putem și noi să observăm declinul vindecării tradiționale, pe măsură ce știința se bagă mereu mai în față. În SUA, mulți veritabili șamani și vindecători trăiesc în rezervații, astfel încît cunoașterea și măiestria lor nu sînt cunoscute mai deloc în lumea largă. Multe tratamente naturale vechi de cînd lumea au fost scoase din legalitate, împreună cu plantele însele. În Europa, vindecătorii cu ierburi se află sub o presiune crescîndă de a deveni educați, validați și

---

* Este încurajator — poate chiar ironic — că există un interes crescînd al vesticilor pentru leacurile tradiționale din plante — cum sînt oamenii pe care îi luăm în sejururile noastre amazoniene (vezi pagina „Despre autori“) — ce ajută și la resuscitarea interesului peruvienilor tineri față de propriile lor tradiții. Prietenul nostru, șamanul Artidoro, remarcă, de exemplu: „Cînd copiii noștri văd cum vesticii vin aici și vor să învețe despre plantele și leacurile noastre, se gîndesc: «Poate că este ceva în asta pînă la urmă», și le cer bătrînilor să-i învețe despre plante.“

înregistrați ca oamenii de știință, ceea ce duce la un declin al vindecării intuitive și al cunoașterii despre spiritele plantelor. Peste tot în lume, vechile căi sînt negate sau uitate.

Este trist, opresiv și potențial periculos cînd diversitatea culturală și libertatea de exprimare și a credinței sînt restricționate, dar în același timp aceasta aduce deservicii și opresorilor. Fiecare plantă este un amestec complex de energii interactive și procese vindecătoare, avînd cîte cel puțin treizeci de ingrediente active. Un medicament vestic creat din orice plantă este extraordinar dacă are măcar două sau trei din aceste substanțe active. Astfel, noi pierdem din vindecare sau ne slăbim mai tare sistemul, în loc să ne facem bine.

În prefața sa la cartea lui Patrick Logan, *Irish Folk Medicine*, Sean O'Suilleabhain, de la Catedra de Folclor a University College Dublin, remarcă:

> Eficiența terapeutică a leacurilor populare nu poate fi judecată doar din punctul de vedere al practicii moderne. Conceptele timpurii legate de boală și scopurile vindecărilor rituale erau destul de diferite de cele din timpul nostru. Un studiu al leacurilor populare trebuie să cerceteze dacă acestea erau eficiente în propriul lor mediu; dacă vindecătorii populari ai generațiilor trecute puteau să trateze cu succes aceleași probleme de care suferă omul modern și care acum sînt tratate într-un mod complet diferit; și, de asemenea, dacă remediile populare erau potrivite pentru anumite boli sau grupuri de boli.

Nu numai că așa erau, conchide el, dar mai și oferă cîteva exemple de tratamente vestice care nu ar fi putut exista deloc fără descoperirile vindecătorilor tradiționali care au lucrat cu aliații lor, spiritele plantelor:

> Vracii africani au folosit de multă vreme coaja unui anume fel de salcie pentru a trata cu salicyl reumatismul; hotentoții știau de aspirină; nativii din bazinul Amazonului foloseau cocillana în tratarea tusei, iar curara, pe care o aplicau pe vîrfurile săgeților pentru a-și paraliza inamicii, este acum folosită ca anestezic; incașii ne-au lăsat cocaina, iar efedrina a ajuns în lumea vestică din China; cascara era cunoscută indienilor nord-americani; din sucul de degețel-roșu a fost derivată digitalina pentru problemele inimii; și în sfîrșit, aici, în Irlanda, ciupercile din care a derivat penicilina erau în mod tradițional folosite pentru sterilizarea rănilor.

Oamenii de demult foloseau comprese, incizii, băi fierbinți (tithe alluis), chiar și vaccinuri.

Mai mult, dacă omenirea scapă de ceea ce media numește „ciuma modernă“, gripa aviară, care pînă acum a luat șaizeci de vieți, nu se va întîmpla prin minunile științei moderne, ci printr-un simplu fruct: anason stelat. După un articol din ziarul londonez *Independent*, acesta este „singura apărare pe care lumea a are în fața amenințării gripei“. Anasonul stelat, fructul unui micuț copac oriental, este o sursă naturală de acid shikimic, ce este baza singurului antidot eficient al gripei aviare. Interesant, gripa aviară a debutat în China, locul în care acest copac crește, dînd credibilitate din nou afirmației șamanice că plantele cresc acolo unde e cea mai mare nevoie de ele.

Pare cel puțin necinstit și nerecunoscător din partea medicinei moderne să ia atît de mult din vechile căi și apoi să micșoreze importanța tradițiilor numindu-le „credințe primitive“ și „lipsă a medicinei eficiente“.

A face astfel este o ignoranță. Pe măsură ce știința cîștigă războiul cu tradiția, vechile căi mor, lăsînd mai puțini vindecători populari și experți în plante, a căror cunoaștere o pot jefui oamenii de știință pentru a-și dezvolta noile medicamente. Unul dintre motivele pe care le-a avut Patrick Logan pentru a scrie *Irish Folk Medicine* este acela de a documenta o tradiție care a fost aproape în totalitate pierdută.

Doctorul Logan mai face o observație semnificativă cînd spune că „aproape toate bolile fizice — peste 80% dintre ele — vor evolua spre bine, indiferent ce tratament primesc“.

Cel mai important lucru este „liniștirea“ pacientului — reconectarea sa cu propriile puteri de vindecare și redarea echilibrului.

Pacienții sînt mult mai susceptibili de a fi astfel liniștiți în sesiunile de vindecare tradiționale, în care vindecătorul le acordă ore, zile sau săptămîni de autentică grijă și compasiune. Aceasta este într-un contrast izbitor cu cadrul medical modern unde, din cauza cererilor unei populații bolnave tot mai numeroase și a timpului limitat al doctorilor, consultația medie durează mai puțin de zece minute. Este surprinzător că se mai face bine cineva în aceste zile.

Și, de fapt, oare oamenii chiar se vindecă? Unii cred că nu. Kevin Trudeau în cartea sa, *Natural Cures They Don't Want You to Know About*, afirmă că, cel puțin în ultima sută de ani, medicamentele niciodată nu au vindecat pe nimeni. Într-adevăr, argumentează el, dacă te gîndești puțin, nu există nici o motivație pentru companiile care fabrică medicamente de a găsi leacuri adevărate, deoarece profiturile lor provin de la oamenii bolnavi care cumpără

medicamente. Produsele lor sînt făcute să ușureze suferința pentru ca „clientul“ (nu „pacientul“) să le cumpere din nou. Să ofere un tratament ar fi o nebunie: ar scoate compania din afacere. Singurul lucru care este o cerință absolută pentru orice director al unei companii farmaceutice listate la bursă, ne amintește Trudeau, este să aducă profit acționarilor, iar în opinia sa, acest lucru este contrar ideii de a vindeca.

Bineînțeles, această atitudine este într-un contrast evident față de cea a vindecătorilor tradiționali, care deseori erau plătiți să-i țină sănătoși pe pacienți, și nu primeau nimic dacă pacienții li se îmbolnăveau. În China, de exemplu, sătenii îi plăteau pe desculții doctori, vindecători cu ierburi și lecuitori pentru fiecare zi în care ei erau sănătoși. Dacă vreun pacient se îmbolnăvea, vindecătorul muncea gratis pînă îl vindeca, primindu-și plata din nou cînd pacientul se recupera complet.

Mai departe, în ciuda marilor pretenții ale companiilor farmaceutice, produsele lor pot mai curînd să cauzeze boli, decît să vindece. Un reporter de la ziarul londonez *The Independent* relatează: „Agenția de Reglementare a Medicamentelor și a Produselor de Îngrijire a Sănătății (The Medicines and Healthcare Produts Regulatory Agency) — agenție guvernamentală responsabilă cu reglementarea medicamentelor, inclusiv a celor din plante, din Marea Britanie —, spune că între 2000 și 2004, au existat 451 de cazuri de reacții adverse la preparatele din plante, dintre care 152 au fost grave“. La prima vedere, pare mult. Dar jurnalistul continuă: „Ca să folosim o metodă comparativă, considerați următoarele, dintr-un raport de anul trecut al *British Medical Journal*: doar în Anglia reacțiile la medicamente care au dus la spitalizare și s-au soldat cu moartea sînt estimate la 5.700 pe an și, de fapt, ar putea fi aproape de 10.000. Se poate ca ierburile să nu fie sută la sută sigure, după cum le place criticilor să sublinieze, dar sînt cu mult mai sigure decît medicamentele.“

Au existat cîteva eșecuri spectaculoase ale medicamentelor, în ciuda promisiunilor. În 2005, de exemplu, FDA (Food and Drugs Administration), după o trecere în revistă a cîtorva sute de studii, a lansat un avertisment că folosirea antidepresivelor poate, de fapt, să ducă la agravarea depresiei și a gîndurilor sinucigașe — exact problemele pe care aceste medicamente se presupune că le tratează.

În știrea Yahoo! care a dezvăluit avertismentul se remarcă faptul că FDA este îngrijorată că „antidepresivele pot cauza agitație, anxietate și ostilitate la unii pacienți. Psihiatrii spun că există o perioadă de risc imediat după începerea tratamentului, înainte ca depresia să fie ușurată, dar în care unii

pacienți se simt mai energici, fapt care le poate permite să dea curs tendințelor sinucigașe".

Prin contrast, planta folosită drept tratament al depresiei, sunătoarea, nu a făcut rău niciodată, nimănui. După cum subliniază *The Independent*, „sunătoarea nu este doar mai eficientă în tratarea depresiei moderate și severe decît SSRI Seroxat, dar are și efecte secundare mai puține".

Cel mai recent „medicament miraculos" pentru vindecarea artritei, Vioxx, a fost retras de pe piață cînd s-a descoperit că unul dintre efectele sale secundare era dublarea riscului de atac de cord. Antiinflamatoarele nesteroidiene folosite în același scop provoacă 2.600 de victime pe an în Marea Britanie, ca rezultat al sîngerărilor intestinale. Din nou alternativa din plante, usturoiul și gheara diavolului, nu au făcut niciodată rău nimănui. Articolul din *The Independent* menționează: „Într-un studiu se exprimă îngrijorare ca nu cumva remediile din plante să interacționeze cu tratamente precum antiinflamatoarele nesteroidiene conducînd la creșterea sîngerării gastrointestinale." Dar, după cum subliniază și jurnalistul, „nu plantele cauzează sîngerarea, ci adăugarea aspirinei".

În fața tuturor acestor dovezi, singura concluzie sănătoasă este că e timpul să facem o schimbare: e timpul întoarcerii la metodele tradiționale de vindecare pline de compasiune, la grija față de pacienți în loc de grija pentru profituri. Și este timpul pentru ca o nouă generație de vindecători cu spiritele plantelor — voi, cititorii acestei cărți — să pășească în scenă pentru a opri declinul stării de bine a lumii.

Pentru a face aceasta, e necesar să vă eliberați mințile de condiționările raționalismului științific, pentru a putea să explorați, să visați, să întîlniți și să lucrați cu aliații dumneavoastră, spiritele plantelor, energiile naturii care vă cheamă.

Dacă destui dintre dumneavoastră răspund chemării de a redescoperi magia vindecării prin spiritele plantelor, împreună putem păstra tradițiile și putem să le folosim pentru binele tuturor, schimbînd cursul unei lumi din ce în ce mai materialiste și mai lipsite de spirit.

Este timpul ca noi să sărutăm din nou Pământul,
Este timpul să lăsăm frunzele să plouă din ceruri.
Lăsați viața bogată să alerge din nou spre rădăcini.

ROBINSON JEFFERS

În finalul acestui ultim capitol, vă oferim cîteva sugestii pentru locurile în care vă pot duce explorările dumneavoastră, precum și alte cîteva utilizări ale marilor vindecători ai naturii.

VINDECAREA SURORILOR NOASTRE, ANIMALELE

Unii oameni sînt surprinși că plantele lucrează la fel de eficient asupra animalelor ca și asupra oamenilor, dar nu-i nici un mister în asta. După cum s-a demonstrat în mod repetat, spiritele plantelor au o afinitate față de tot ce e viu. Ele sînt la fel de conștiente de prezența unui păianjen în cameră, ca și de a unui om, și ele comunică la fel de eficient cu ambii, într-un limbaj propriu.

Antropologii ne spun că, de fapt, dacă plantele au fost primele leacuri, atunci animalele au fost primii doctori, știind în mod natural ce specii de plante să consume pentru a-și vindeca bolile și disconforturile. Acești antropologi sugerează că ființele umane au învățat prin observarea animalelor să deosebească plantele pentru diverse probleme și au început să-și dezvolte cunoașterea ierburilor. Studii moderne asupra gorilelor în libertate, de exemplu, demonstrează o înțelegere sofisticată a remediilor din plante; iar cînd oamenii au încercat aceleași ierburi pentru aceleași probleme, ele au funcționat la fel de eficient.

Datorită acestei afinități dintre plante și animale și a talentului natural al animalelor de a se doftorici, unii șamani au deplină încredere în animale cînd prescriu remedii pentru pacienții lor.

O metodă din Anzi este cea în care șamanul călătorește la aliații săi plante și, bazat pe ceea ce îi spun, selectează un număr de tratamente cu ierburi. Apoi le aranjează în mai multe grămăjoare în fața pacientului. Prescripția finală e lăsată pe seama unui porcușor de Guineea, pe care șamanul îl ia în mînă și îl atinge ușor de corpul pacientului, pentru ca porcușorul să absoarbă în conștiință problema și tratamentul cel mai eficient. Șamanul îl pune apoi pe sol, și grămăjoara la care el fuge și începe a o ciuguli este leacul pe care îl va folosi.

În jungle, de asemenea, este bine cunoscută legătura spirituală dintre plante și animale. Șamanii, în viziunile lor date de ayahuasca, sînt conștienți de această energie împărtășită, astfel încît jungla însăși devine o entitate vie, care respiră și se mișcă asemenea unui animal.

Lianele devin șerpi, tufișurile devin pume, iar stropii de ploaie de pe frunze conțin energie ca a delfinului.

În *Ayahuasca Visions*, Luis Eduardo Luna consemnează punctul de vedere șamanic că există plante ale căror strămoși sînt animale. Despre liana *bejuco de las calenturas* (liana pentru febre), de exemplu, el spune: „Mama ei este un boa… Amestecată cu ayahuasca este cea mai puternică pentru vindecarea cazurilor extreme, pacienți cu convulsii și tifos (convulsiile fiind, bineînțeles, rămășițe ale mișcărilor unui șarpe)… Mai există o plantă, *shillinto blanco*, a cărei mamă este curcubeul."

Deoarece șamanii nu fac diferență între statutele de plantă, om sau animal, de asemenea nu este neobișnuit pentru ei să împărtășească spiritul aliaților lor vizionari cu animalele. Astfel, „indienii lamista dau cîinilor lor ayahuasca înainte de vînătoare… Printre jivaro, cîinilor li se dă *halucinogenica datura* (brugmansia), pentru a-i ajuta să capete puteri supranaturale".

Odată ca niciodată, în Vest, și noi cunoșteam puterea plantelor de a le vindeca pe surorile noastre animale. *Irish Folk Medicine* prezintă numeroase leacuri naturale pentru cai, vaci, oi, porci și cîini, care pe vremuri erau tratați cu respect, ca tovarăși și egali, precum și ca avere.

În Muzeul Popular Bunratty, de exemplu — un „muzeu viu" dintre Shannon și Limerick în Irlanda — există un exemplu de „locuință-staul" din ținutul Mayo, care era o colibă tradițională ocupată de oameni împreună cu vacile lor dătătoare de lapte. Dormitoarele erau de o parte a clădirii cu un singur etaj, spațiul pentru vaci era de cealaltă parte, iar sala de zi era comună. În Dingle sînt numeroase exemple de case în care vatra focului era comună familiei și porcului acesteia, care, ca animal sacru al celților, era rareori închis în coteț.

În zilele noastre, tradițiile vindecătoare și respectul pentru animale au dispărut în favoarea fermelor comerciale și industriale; astfel, „medicina veterinară populară este aproape uitată", scrie Logan. „Pentru a învăța despre tratamentele folosite atunci este nevoie să-i întrebi pe bătrînii care poate că le-au folosit; puțini tineri, dacă nu i-au văzut pe tații lor folosindu-le, știu ceva despre ele."

Printre remediile pe care un tînăr norocos ar putea să le descopere dacă ar întreba un bătrîn se numără pătrunjelul calului pentru calmarea unui cal

neliniștit, vîrfuri de grozamă și ulei de semințe de in pentru eliminarea viermilor și un strat de spori de bășica-porcului pentru a opri curgerea sîngelui dintr-o tăietură (funcționează și la oameni).

Pentru a scăpa vacile de „umflătură“ (o acumulare dureroasă de gaz în stomac), Logan înregistrează un leac din ghimbir, cărbune de lemn, nux vomica, gențiană și bicarbonat, care este administrat ca o fiertură la fiecare 12 ore.

Oile erau tratate de frecventa gălbează cu flori de iris, micsandre galbene și asteraceae, toate galbene — încă un exemplu al doctrinei semnăturilor. Problemele de ficat dau o culoare galbenă celui ce suferă de ele și pot fi vindecate prin administrarea plantelor de aceeași culoare.

Alte remedii naturale includ următoarele:

- hamei, creț̦işoară ca tonic pentru cai, oi și capre
- urzica, bogată în minerale și proteine, este un bun furaj pentru cai și pentru spălarea hainelor ca să strălucească
- ghindele măcinate și amestecate cu făină de grîu opresc sîngerarea atît internă, cît și externă
- mugurii de plop negru în lapte și miere alină ulcerele cailor
- frunzele de căpșun sălbatic întăresc animalele în timpul gestației
- salcia calmează nervii și răcorește sîngele caprelor

Toate remediile au fost înregistrate prin observarea tăcută a animalelor în natură și acordarea blîndă a îngrijitorilor și vindecătorilor la lumea naturală și la spiritele plantelor. Aceste metode cer doar să ne încetinim ritmul pînă la cel al Pămîntului și să ne rupem de obsesia noastră modernă a activității frenetice. Atunci găsim că natura însăși devine universitatea noastră. Și începem să vedem spiritul din toate lucrurile.

În ceea ce privește animalele, este foarte puțin probabil ca asupra lor să acționeze vreun „efect placebo“. Dacă un remediu funcționează, atunci este eficient. Aliatele noastre, plantele, sînt fericite să acorde vindecarea celor care o cer. Și dacă astfel de cure sînt bune pentru animale, ele vor fi benefice și pentru noi.

UN CADRU PENTRU VINDECAREA NATURALĂ

După lecturile dumneavoastră și după propriile explorări ale spiritelor plantelor, poate veți fi inspirați să lucrați mai îndeaproape cu metodele

naturale de vindecare și, într-o zi, să vă extindeți practica pînă la a lucra cu pacienți proprii. Ne face plăcere să vă oferim cîteva sugestii pe această temă, deoarece există un cadru eficient și testat pentru vindecare folosit de mulți șamani ai plantelor, care ar putea să vă fie de folos în propriile consultații. Primul lucru de știut este că majoritatea pacienților vestici au puține cunoștințe despre vindecarea șamanică și pot fi chiar reticenți la a vorbi despre „spiritele" plantelor și „aliați din alte lumi". Este o parte a tristeții vremurilor noastre: mulți dintre noi am devenit atît de izolați de natură, încît acum chiar ne sperie.

Faptul că pacientul e anxios sau înfricoșat, dar tot vine să vă vadă, în ciuda temerilor sale, indică o nevoie adîncă de vindecare pe care oamenii o simt în acest ev dezechilibrat.

Pe drumul către dumneavoastră, datorită anxietăților sale, pacientul se poate simți ciudat sau mai conștient de sine și de propriile emoții. Este exact ceea ce doriți. Cînd efectuați o vindecare, nu prescrieți doar un medicament, ci îi cereți pacientului să vă întîlnească prin schimbarea stării de conștiință într-una ușor modificată (eliberată de stresul zilnic ce a devenit obicei), pentru a putea primi vindecarea; el începe acest proces încă din timpul călătoriei către dumneavoastră. Cel puțin în această stare de spirit, pacientul va putea vorbi mai ușor despre sentimente și frici, deoarece va fi într-un cadru mental diferit de cel „normal". Intenția dumneavoastră ca vindecător este să-l stabilizați, pentru ca el să se poată relaxa mai profund în adevăratul său sine și în emoțiile sale.

Pregătiți-vă camera pentru vindecări cu asta în minte, încercînd să creați o notă „din altă lume", care să ajute la modificarea subtilă a conștiinței. Aceasta poate însemna tămîie și lumînări (mai relaxante și mai sănătoase decît lumina electrică), obiecte rituale, obiecte de putere și, bineînțeles, plante crescute sănătos — orice poate crea impresia de neobișnuit, dar și de stabilitate. Medicii fac asta tot timpul, folosind halate albe și stetoscoape, cărți despre anatomia umană, diplomele agățate pe pereți; vindecătorii tradiționali își expun și ei uneltele vindecătoare, probabil din aceleași motive.

Mai există unele lucruri care nu sînt de decor, ci unelte esențiale pe care trebuie să le pregătiți dinainte. Asigurați-vă că aveți următoarele:

- pătură și perne pentru ca pacientul să se întindă
- amestec pentru fumigații sau tămîie și un suport
- o brichetă sau chibrituri pentru a aprinde amestecul
- o chacapa (sau zuruitoare)

- o tobă sau o casetă/CD cu tobe, sau orice folosiți pentru a intra în starea de conștiință extinsă

De asemenea, aveți nevoie să vă simțiți plin de putere, în special dacă vă așteptați să aveți de-a face cu intruziuni spirituale (vezi Capitolul 4). Există un număr de moduri de-a atrage puterea pe care vindecătorii tradiționali le folosesc:

- călătoriți la aliații dumneavoastră plante din natură și cereți-le ajutorul în vindecare.
- bateți toba, dansați sau cîntați cîntecul plantei dumneavoastră pentru a stabili legătura spirituală.
- stați în meditație în fața altarului și consultați-vă cu *seguro*-ul dumneavoastră, aliatul-plantă, care este poarta de acces spre natură (vezi Capitolul 1).

Folosiți metodele care vă ajută cel mai mult.

Dați binețe pacientului cînd ajunge. Începeți prin a purifica prin fum pacientul, pe dumneavoastră, camera și uneltele pe care le veți folosi. Pe cînd le curățați, cereți fiecăreia ajutorul în vindecare. Totul este viu și fiecare element are dreptul să fie rugat și invitat. Apoi, puteți sta de vorbă cîteva minute, ca să vă ajutați pacientul să se relaxeze. Este ceea ce *curanderos* din Anzi numesc *platicas* — o consultație de la inimă la inimă, de la suflet la suflet. Aceasta v-ar putea da indicii suplimentare despre problemele în care pacientul are nevoie de ajutor.

Exemple evidente sînt următoarele:

El spune: „Îmi iubesc cu adevărat mama."

Ascultați „dar"-ul, chiar dacă nu-i rostit. Este oare spus fără cuvinte? Oare asta sugerează o problemă ce ține de putere sau chiar o pierdere de suflet?

Ea spune: „N-am fost niciodată mai fericită decît în slujba pe care o am acum."

Dar observați cum își frînge mîinile cînd o spune. Ce poate însemna? Unde i se îndreaptă privirea? În sus și spre dreapta: probabil își amintește ceva. În sus și spre stînga: poate își imaginează ceva, nu este prea sigură de ceva, dar poate că s-a întîmplat cîndva, undeva…

Cum respiră?

Respirația doar la nivelul superior, al plămînilor, sugerează frică atunci cînd vorbește despre un anume eveniment (frica probabil indică o problemă de pierdere a puterii); respirația abdominală poate sugera tristețe (poate fi nevoie de un ritual de eliberare).

Pe măsură ce lucrați, vă veți stabili propria relație cu respirația și veți ajunge să înțelegeți ce înseamnă toate indiciile.

Aceste observații împreună cu altele vă vor ajuta să vindecați pacientul, intuind problema pe care poate el nu-i în stare s-o verbalizeze. Folosiți-vă și de puterea privirii pentru a vă „vedea" pacientul. Lăsați-vă privirea să se defocalizeze puțin și folosiți-vă vederea periferică. Cînd faceți asta, ce vedeți în corpul său energetic? Ce imagini vă apar în minte în legătură cu ceea ce trăiește? Aveți încredere în primele dumneavoastră impresii. Dacă vă spuneți „așa ceva nu se poate", rațiunea va interveni imediat și vă veți pierde pentru moment conexiunea cu puterea.

După ce ați discutat o vreme, duceți pacientul în spațiul pentru vindecare, lăsați-l să se întindă și ajutați-l să se relaxeze. Asigurați-vă că aveți mîinile curate, deoarece sînteți pe cale să-i atingeți literalmente sufletul. Agua florida sau uleiurile de tămîie, iasomie, geranium, santal sau mir sînt buni purificatori și pot fi aplicate și masate simplu pe mîini. Apoi, începeți procesul vindecare, ce poate include extragerea intruziunilor sau recuperarea puterii ori a sufletului. În oricare dintre cazuri, spiritele plantelor dumneavoastră vă sînt cei mai puternici aliați și vor fi încîntate să vă ajute dacă rămîneți deschis și le ascultați vocile.

Șamanii sînt „cei care se plimbă între lumi", și este ceva obișnuit pentru ei să execute o vindecare atît în realitatea ordinară, cît și în cea non-ordinară, astfel încît să aibă loc o schimbare benefică în cîmpul energetic al pacientului, după care i se administrează leacuri cu plante în lumea fizică. În experiența noastră, combinarea vindecării fizice și non-fizice este întotdeauna mai eficientă decît simpla transferare sau transformare a energiei.

De exemplu, acum cîteva luni, o pacientă a lui Ross a venit la o consultație pentru a primi ajutor în alinarea unei encefalomielite mialgice, adică sindrom de oboseală cronică, iar el a lucrat energetic pentru a-i îndepărta oboseala și disconfortul. În timpul călătoriei, totuși, spiritele au mai recomandat și ca ea să bea ceai de unguraș, tătănească sau mierea ursului, plante care în mod obișnuit nu se prescriu pentru EM. Aceste informații i-au fost oferite pacientei. Ea s-a întors pentru încă o consultație peste cîteva săptămîni, iar de această dată suferea de o tuse severă care, cumulată cu

problema mai veche, se dovedea greu de suportat. Întrebată dacă a băut ceaiul pe care l-au recomandat spiritele, ea a răspuns: „Nu. N-am avut timp să caut plantele." A fost un fapt trist, întrucît ungurașul, tătăneasa și mierea ursului sînt unele dintre cele mai bune plante pentru tuse. Dacă ar fi urmat recomandările spiritelor, poate că nici n-ar fi avut vreo problemă. Încă o dovadă a faptului că vindecătorul (sau pacientul) care nu ține cont de sugestiile spiritelor face o mare greșeală; de asemenea, încă o dovadă a valorii combinării leacurilor din plante cu vindecarea energetică.

Cînd sesiunea de vindecare s-a terminat, este firesc să le mulțumiți spiritelor pentru ajutor și să le eliberați. Apoi puteți închide corpul energetic al pacientului zuruind în jurul său sau folosind o chacapa. Dacă plantele dumneavoastră aliate v-au oferit vreun sfat sau vreo îndrumare, este probabil cel mai bun moment să o relatați, pentru ca pacientul să poată să aleagă sau să noteze plantele prescrise, dacă nu cumva veți prepara chiar dumneavoastră leacul pentru el.

LEACURI EXTERNE

Pentru pacienții care, din motive proprii, nu doresc să folosească intern plantele sau cînd natura bolii sugerează aplicarea externă, există alte moduri în care dumneavoastră, ca vindecător, puteți aplica leacurile. Puteți prepara cu ușurință o cremă, de exemplu, adăugînd o uncie de ulei de măsline încălzit la o uncie de ceară de albine și la o jumătate de uncie de lanolină cu o jumătate de linguriță de borax. La acestea, adăugați lichidul provenit din jumătate de uncie de ierburi (alese în funcție de natura problemei și de sfaturile pe care le-ați primit de la spirite), după ce ele au fost opărite într-o cană de apă vreme de jumătate de oră. Puteți adăuga cîțiva stropi de apă de flori, dacă doriți; apoi amestecul ar trebui să fie suflat cu fum de tutun pentru a-l impregna cu intenția vindecătoare. Cînd amestecul începe să se îngroașe, puneți-l într-un vas în frigider. Va dura cîteva luni dacă este păstrat astfel, iar boraxul va ajuta la conservare.

O modalitate și mai simplă de a face o cremă este să topiți vaselină într-o tigaie și să o amestecați cu ierburile bine zdrobite, pentru eliberarea esențelor lor. După o vreme de încălzire blîndă, luați tigaia de pe sursa de căldură și lăsați conținutul să se răcească. Crema făcută astfel și păstrată în frigider ar trebui să dureze pînă la șase luni.

Băile pentru ochi pot fi preparate prin opărirea timp de cinci minute într-o cană de apă fierbinte a unei linguriță de ierburi potrivite și calmante (fenicul,

trandafir, aloe, schinduf, brebenoc, soc). Cînd s-a răcorit, aplicați infuzia cu o bucată de material din bumbac, pe ochii închiși. Invitați pacientul să se relaxeze pentru 5-10 minute, în care energiile plantelor îi alină ochii.

În același mod, puteți face săpunuri și detergenți naturali prin adăugarea a o sută de grame de ierburi la jumătate de litru de apă fierbinte și lăsîndu-le să se oărească pentru zece minute. Apoi strecurați soluția și o decantați într-un bol. Ierburi bune pentru detergenți: iarbă-mare, gălbenele, părăluță, hydrastis canadensis, iarba fetei, mușețel, studeniță. Cea mai bună plantă pentru săpunuri e săpunarița, care, după cum sugerează și numele, a fost folosită pentru curățare înainte de inventarea înlocuitorilor chimici. Toate acestea sînt alternative naturale la produsele sintetice și sînt deosebit de folositoare pacienților cu alergii sau eczeme. Puteți folosi plantele și ca uleiuri aromatice într-o lampă de aromaterapie, iar astfel ele nici nu intră în contact cu pielea. Iată o rețetă hoodoo ce curăță aura de negativitate. Ea se constituie din cîte zece picături de ulei de paciuli, lotus, garoafă și gardenie, cinci picături de lămîie, mir, eucalipt și lavandă și două picături de scorțișoară, adăugate la apă simplă și încălzite la flacăra lumînării. Dacă doriți, puteți folosi acest amestec hoodoo și la baie, adăugîndu-i patru uncii de ulei de semințe de struguri.

Invitați pacientul să stea în apă 15 minute, vizualizîndu-și limitările și negativitatea părăsindu-i trupul. Apoi el se ridică, iese din cadă și privește cum apa se scurge, ducînd energiile cu ea, simțindu-se înnoit și reîmprospătat. Bineînțeles că ierburile pot fi folosite și în forma cea mai pură, fără nici un fel de preparare. Lavanda ținută deasupra patului va induce un somn odihnitor; verbina și valeriana, atîrnate în casă, vor proteja contra energiilor negative; iar tulpinile de angelică atîrnate într-un automobil vor preveni răul de mișcare. De fapt, rareori sînt necesare preparări mai elaborate, deoarece tot ce e cu adevărat necesar este spiritul plantelor.

Prescrierea remediilor din plante

Următorul exercițiu sugerează o abordare pe care o puteți folosi cînd vă consultați cu aliații dumneavoastră spirituali pentru a prescrie remedii naturale pacienților, fie ei animale sau oameni. Metoda are puține în comun cu medicina modernă în care, prin consultație față în față și diagnostic, practicantul prescrie o anume plantă pentru tratarea unui anume simptom, bazîndu-se pe proprietățile chimice ale plantei. Abordarea noastră este mai tradițională și lucrează prin formarea unei legături holistice între vindecător,

pacient și lumea spiritului, legătură care îi dă putere pacientului prin implicarea în propria sa vindecare.

Închideți ochii și vizualizați copacul lumii, acel axis mundi din centrul Universului natural, iar lîngă el, o intrare a unei peșteri care duce în interiorul Pămîntului. Cum stați în fața copacului, aduceți-vă în minte intenția: „Sînt aici ca să mă întîlnesc cu un vindecător din altă lume și să primesc sfaturi despre leacul din plante care l-ar ajuta pe pacientul meu.“ Intrați apoi în peșteră și urmați-i cursul în Pămînt.

Vizualizați pacientul alături de dumneavoastră, mergînd împreună într-o călătorie spre vindecare. Observați cum se comportă el în peșteră. Se mișcă cu ușurință și fluiditate spre vindecare sau se retrage și are nevoie să fie condus? Este bucuros să se afle acolo și doritor să obțină un remediu, sau e înfricoșat și ezitant, bazîndu-se pe dumneavoastră să-l ghidați? Aceste informații spirituale sau intuitive vă pot fi folositoare dv. și pacientului pentru identificarea tiparelor din spatele bolii și a obstacolelor în obținerea sănătății. Aceste informații pot forma baza unor platicas ulterioare, așa că țineți minte ce observați aici și permiteți tuturor simțurilor să vă informeze.

La un moment dat, veți ajunge la capătul tunelului și veți păși în lumea cealaltă. Terenul va fi unic pentru dumneavoastră și poate fi influențat și de prezența pacientului, care va avea propriul „vis“ în lumea cealaltă. Dar anumite lucruri sînt la fel pentru toată lumea, și este posibil să vă treziți pe o cîmpie, cu un lac sau o mare în partea dreaptă și o junglă sau o pădure în stînga. Mergeți spre pădure și veți ajunge la un mic pod de lemn peste un pîrîu puțin adînc. Chiar după pod, spre dreapta, se află o colibă singuratică, făcută din ramuri și acoperită cu trestii. Este coliba vindecătorului.

Priviți împrejur cînd intrați în coliba simplă cu pacientul dumneavoastră. Podeaua e de pămînt și paie, pereții lipiți cu argilă și noroi, rafturile conțin vase cu ierburi și frunze, și singurele piese de mobilier sînt o mică masă de lemn și un scaun pe care stă vindecătorul. El se ridică pentru a vă întîmpina. Observați că are pielea întunecată, hainele simple; un bărbat scund, bănuiți că e bătrîn (dar vă este greu să-i ghiciți vîrsta), și pare prietenos, înțelept și puternic — un vindecător perfect.

În această călătorie inițială, aveți două scopuri: să găsiți vindecare pentru pacient, bineînțeles, dar și să vă prezentați spiritului vindecător care vă va deveni aliat. Așa că vorbiți-i, spuneți-i cine sînteți, pentru ce ați venit, întrebați cum îl cheamă (unii îl cunosc sub numele Kinti, dar pentru dum-

neavoastră poate fi altfel), și cereți-i să vă ajute pe amîndoi, ceea ce el va și face cu bucurie.

După prima călătorie, reveniți fără pacient de data aceasta, să-l întîlniți din nou pe vindecător. El are cunoștințe vaste de împărtășit și, în timp, veți găsi că el preia o mare parte a muncii de vindecare și vă va învăța prin exemplu și explicații. A fi în compania lui este o experiență atît de valoroasă!

Însă acum trebuie să vă ocupați de nevoia pacientului, așa că prezentați-l vindecătorului și expuneți simptomele bolii. Apoi dați-vă deoparte, priviți și învățați.

Metodele de vindecare ale lui Kinti sînt bazate în întregime pe leacuri din plante și magie, și el va folosi multe dintre metodele cu care acum sînteți deja familiar: chacapas pentru a schimba energia, stropire cu parfum pentru „înflorirea sufletului", tămîie pentru a purifica și băi florale pentru a reîmprospăta și vitaliza. Dar cele mai impresionante sînt profunzimea îndemînării lui în folosirea uneltelor și abilitatea lui de a vedea boala unui pacient în cîmpul său energetic. O altă abilitate este aceea de a sfătui pacientul ce plante să ia în realitatea ordinară. El se va consulta cu dumneavoastră în această problemă, așa că ascultați cu atenție ce are de spus.

Cînd vindecarea este gata, mulțumiți-i aliatului și însoțiți pacientul înapoi în lumea obișnuită, mergînd înapoi prin peșteră și observînd din nou cum reacționează în timpul trecerii prin tunel. De cele mai multe ori, pacientul va fi mult mai calm și obstacolele pe care le întîlniserăți la prima trecere acum vor fi deja îndepărtate, sugerînd o relație mai armonioasă și mai echilibrată a pacientului cu Pămîntul, rezultatul oricărei vindecări reușite.

Cînd sînteți înapoi în realitatea ordinară, informați-vă clientul despre ierburile ce i-au fost recomandate și asupra modului în care ar trebui să le folosească (ceai, baie, cremă, ulei aromatic etc.) și pentru cîtă vreme. Toate informațiile le veți fi primit de la Kinti.

E uimitor, de fapt, cît de precis este acest vindecător în diagnosticele și recomandările sale, precum și cît de eficiente sînt tratamentele sale. De cînd l-am întîlnit cu cîțiva ani în urmă, Kinti a asistat la sute dintre sesiunile noastre de vindecare și deseori a prescris plante pe care noi, ca vindecători, niciodată nu le-am fi considerat potrivite pentru pacienții respectivi, și chiar unele pe care nu le folosiserăm niciodată pînă atunci.

Un exemplu este cel al unuia dintre pacienții lui Ross, care venise cu o boală rară a vezicii. Kinti a prescris collinsonia canadensis, o plantă rareori folosită în Marea Britanie și cu care Ross nu avea nici o experiență prealabilă.

Căutînd-o într-o enciclopedie a ierburilor, a găsit că collinsonia canadensis sau „rădăcina de piatră“ (numită astfel pentru eficiența cu care vindecă de pietre la rinichi și la vezica biliară) este și o mare vindecătoare a vezicii urinare, recomandată pentru multe probleme ale sistemului urinar. Este indicat să verificați recomandările de plante într-o enciclopedie și să discutați eventualele contraindicații cu pacientul, care ar trebui să se sfătuiască și cu medicul său înainte de începerea oricărui tratament nou.

Astfel de experiențe, în care se primesc informații pe care vindecătorul uman nu le cunoștea și nu avea cum să le afle în alt mod, sînt dovezi ale intervenției spiritelor în vindecări și exemplificări ale motivelor pentru care relația cu vindecătorul „de dincolo“ este atît de valoroasă.

RE-ÎNCÎNTAREA LUMII

Și iată că am ajuns la finalul acestei cărți — și, sperăm, la începutul propriilor dumneavoastră aventuri în vindecare, împreună cu aliații-spirite ale plantelor pe care vi i-ați făcut.

Oamenii (mai cu seamă cercetătorii și clinicienii) tind să complice plantele — atributele și efectele lor, precum și metodele de a lucra cu ele. Există și o mulțime de povești de speriat despre răul pe care leacurile din plante pot să-l facă celor „neinformați“ și neatenți. Aceasta i-a făcut pe mulți să se teamă de natură, și, bineînțeles, a făcut în așa fel încît știința vindecării să rămînă în mîinile unei elite comerciale. În realitate, nu avem de ce să ne fie frică. Oamenii riscă mai mult consumînd medicamentele-minune ale științei decît vor risca vreodată folosind plante (dacă, bineînțeles, acestea nu sînt „modificate genetic“ sau din medii poluate, și dacă noi, vindecătorii sîntem raționali în a ne folosi de ele).

De fapt, plantele sînt ființe simple și ne vor binele, bucurîndu-se cel mai mult cînd conlucrează cu aliații lor umani la aducerea vindecării celor care o cer. Prin explorarea marelui dulap cu leacuri al naturii, veți descoperi și dumneavoastră aceasta și vă veți elibera de frica ce impregnează lumea modernă.

Mai mult, prin simplul fapt de a lucra astfel cu plantele — atingîndu-le, gustîndu-le și mirosindu-le — veți începe un proces și mai profund de vindecare: cel al re-încîntării lumii, prin permisiunea acordată spiritului dumneavoastră și celor ale pacienților dumneavoastră de a întîlni mai marele spirit care este dincolo de toate lucrurile. Și, prin aceasta, vom putea cu toții să găsim un mod mai holistic și mai onorabil de a trăi pe Pămînt.

Dacă ne aplecăm mintea direct și competent către nevoile Pământului, vom fi început să facem schimbări fundamentale și necesare în mințile noastre. Vom începe să înțelegem, să nu mai avem încredere și să schimbăm economia noastră risipitoare, care scoate la vînzare nu doar produsele Pământului, ci și abilitatea Pământului de a produce.

WENDELL BERRY

Am ajuns la o înțelegere cu viitorul. De azi, voi umbla ușor pe fața Pământului. Voi planta copaci. Nu voi mai ucide ființe vii. Voi trăi în armonie cu toate ființele. Voi ajuta Pământul acolo unde mă aflu. Nu voi mai folosi din resursele sale mai mult decît am nevoie. Și voi asculta, voi asculta ce are să-mi spună.

M.J. SLIM

Pînă nu-și extinde cercul compasiunii asupra tuturor ființelor vii, omul nu-și va găsi liniștea.

ALBERT SCHWEITZER

ANEXA 1

IERBAR CARAIBIAN

Vă oferim aici o listă a plantelor medicinale folosite frecvent în Haiti, împreună cu echivalentul lor occidental sau, unde este necesar, plante occidentale mai ușor de procurat. De asemenea, vă oferim și o listă a calităților și a proprietăților magice ale plantelor, astfel încît să puteți continua să le cercetați pe cont propriu.

În acest ierbar caraibian, prima plantă trecută în coloana cinci (cu majuscule) este întotdeauna echivalentul vestic exact (unde există unul) al plantei caraibiene (din coloana unu). Plantele care nu sînt corespondente exacte, dar au efecte similare, sînt trecute dedesubt, cu font obișnuit.

În coloana trei sînt trecute afecțiunile vizate de aceste plante. Analoagele sau alternativele utilizate în astfel de tratamente se găsesc în coloana cinci. Utilizările magice sînt trecute în coloana patru, iar plantele cu proprietăți magice specifice apar în coloana șase.

Întrucît aceleași plante sînt deseori bune pentru mai multe afecțiuni, nu vor fi trecute pentru fiecare plantă în parte toate proprietățile medicinale sau magice, pentru a evita repetiția. În caz că nu găsiți afecțiunea sau necesitatea dumneavoastră lîngă o anumită plantă, căutați și pe celelalte coloane și cu siguranță o veți găsi acolo.

IERBAR CARAIBIAN

DENUMIRE POPULARĂ	DENUMIRE ȘTIINȚIFICĂ	PROPRIETĂȚI MEDICINALE	PROPRIETĂȚI MAGICE	ECHIVALENTE ȘI ALTERNATIVE (MEDICINALE)	ECHIVALENTE ȘI ALTERNATIVE (MAGICE)
Abiaba	*Chrysophyllum caimito*	Cancer Afecțiuni o culare, tensiune oculară și probleme asemănătoare	Utilizată în inițieri „Deschide capul"	CHRYSOPHYLLU CAINITO Brusture, sînziene, echinacea, cîrmîz (cancer), ginko biloba (probleme oculare)	Anason, laur, protium copal, isop, rozmarin, ciulin sfînt, valeriană (purificare)
Amwaz	*Leonurus cariaca*	Tulburări nervoase Afecțiuni cardiace	Echilibrează sistemul energetic Noroc în dragoste	TALPA GÎȘTEI („Bea ceai de talpa gîștei și vei trăi pînă cînd vei ajunge o sursă permanentă de surprize și frustrări pentru nerăbdătorii moștenitori." — zicală, Europa) Crețișoară, ovăz, sunătoare (stimulent nervos) Flori de tei, hrișcă, măceș, vîsc (afecțiuni cardiace)	Angelică, roiniță, orz, gardenie, hamei, scorușă, măcriș, perișor, tătăneasă, gălbenele, schinduf (sănătate și echilibru general) Măr, Balsam de Gilead, sînziene, cireșe, cuișoare, cimifuga racemosa, șofran, leușteanu, love seed (pentru dragoste)
Baselle	*Ocimum basilicum*	Tulburări nervoase Lapte mamar insuficient la mamele care alăptează	Învinge frica Purifică sistemul energetic Invocă spiritele Lwa	BUSUIOC DULCE crețișoară, ovăz, sunătoare (nervi) Agnus castus, fenicul, molură, schinel, urzică, frunze de zmeur	Gardenie, levănțică, creț ușcă, verbină (pace) Garoafă, abanos, ghimbir, scorușă, ghimbir (putere spirituală)

Bonbonyen	*Aloysia triphylla*	Astm Răceală Febră Gaze Tulburări gastrice Crampe la stomac	Aduce noroc	LĂMÎIȚĂ Soc, mentă, iarba fetei (răceală) Agrimonie (Turiță mare), traista ciobanului, salvie (tulburări gastrice și diaree)	Cuișoare, narcisă, ferigă, alune, vuietoare (iarbă neagră), mușchi, trandafir, violete (pentru noroc)
Bwa let	*Rauwolfia seprentina*	Anxietate Hipertensiune Febră Demență și melancolie Insomnie (pentru a induce somnul la copii) Necesită o utilizare atentă și poate fi interzisă în unele țări)	Certitudine spirituală Vindecarea sufletului (în legătură cu șarpele: Damballah, zeul-șarpe este considerat creatorul vieții și un mare vindecător în Haiti. Este căsătorit cu Ayida Wedo — șarpele-curcubeu. Cei doi șerpi încolăciți ai caduceului.)	IARBA ȘARPELUI Mușețel, gura lupului, ovăz, damiană, valeriană (stări de anxietate) Pasiflora, valeriană, flori de tei (insomnie)	Podbal, șofran, damiană (vedere spirituală) Angelică, roiniță, gardenie, hamei, măcriș (vindecare)
Bwa major	*Piper aduncum*	Răceală Afecțiuni ale gingiilor (a se masa gingiile cu preparatul corespunzător) Impotență (a se consuma o dată pe zi 6 ardei iuți cu 4 migdale în lapte) Tulburări nervoase	Extirpări spirituale (încălzește corpul pentru a scoate energiile negative)	PIPER SĂLBATIC Tătănească, salvie, nuci (gingii) Rozmarin, ginko biloba (pierderi de memorie)	Angelică, busuioc, trifoi, soc, ferigă, usturoi, vîsc, urzică, piper, rozmarin, rută de grădină, lemn de santal (folosit în exorcizări)

		Amnezie (a se pisa piperul în miere și a se lua o dată pe zi) Dureri musculare (a se utiliza în uleiurile de masaj)			
Fey let pase	*Sansevieria trifasciata*	Afecțiuni inflamate și dureroase ale pielii — eczeme, urticarie, zona zoster etc.	„Planta norocului"	SANSEVIERIA Tătănească + mușchi irlandez + ulei de migdale („hrana pielii")	Aloe, zambile, ilice, stejar, căpșuni, trandafir (noroc)
Gingembre	*Zingiber officinale*	Greață Intestine iritate Răceală; Lipsa poftei de mîncare; Tulburări gastrice ușoare Libido scăzut Paraziți gastrici	Extirpări spirituale (extrage negativitatea) Echilibrează energiile	GHIMBIR Agrimonie (turiță mare), hamei, creț uș că (tulburări intestinale) Gotu kola, ginseng, Sereona rapens, (debilitate sexuală)	Angelică, busuioc, usturoi, urzică, ardei iute, rozmarin, rută de grădină (extirpări spirituale) Angelică, roiniță, orz, scoruș ă, măcriș (pentru echilibru)
Kandelon	*Mimosa pudica*	Infecții microbiene Inflamații ale pielii Greață, Insomnie, Irascibilitate, Dizenterie, Infecții ale sîngelui	Calmează spiritul	MIMOZA Echinacea, Condurul-doamnei (antibiotic)	Mirt, măsline, busuiocul cerbilor (pentru pace)
Kanel	*Cinnamomum zeylanicum*	Tulburări digestive Pierderea poftei de mîncare Răceală și gripă	Înlătură deochiul Aduce dragoste Aduce putere (asupra altora	SCORȚIȘOARĂ Schinduf, gențiană, armurariu, (pierderea poftei de mîncare)	Ardei iute, ciumăfaie, ciulin, vetivert (pentru înlăturarea deochiului) Avocado, roiniță, busuioc, creț iș oară (pentru dragoste)

		Intestine iritate Dureri în piept Păduchi (a se freca pielea și părul)	— șarm etc.)	Ulei de arbore de ceai sau ulei de rozmarin + ulei de arahide cu care se freacă părul (păduchi)	
Lalwa	*Aloe barbadensis*	Insolație și alte arsuri Acnee Urticarie Ulcer, Eczeme, Zona zoster, Reacții alergice, Infecții bucale (a se folosi ca apă de gură) Ulcer gastric Mușcături de animale (a se folosi cataplasme)	Noroc în dragoste și la bani Protecție (poate fi agățată deasupra ușii pentru a opri răul)	ALOE VERA Ovăz, urzică, sunătoare (pentru zona zoster) Gura-lupului (Scutellaria lateriflora) (pentru mușcături de animale)	Migdale, busuioc, pară bergamotă, stînjenel (gladiolă albastră), mărar, splinuță, iasomie, brebenoc, susan (pentru noroc la bani) Agrimonie (Turiță mare), frasin, creț̦işoară, cucurbăț̦ea (Bryonia alba), garoafă, cedru, degeț̦el-roșu, alune, pătrunjel, valeriană, salcie, pelin (pentru protecție)
Lay	*Allium sativum*	Tromboză Arterioscleroză Colesterol ridicat Bronșită Durere în piept Afecțiuni ale gîtului și ale sinusurilor Alergii de primăvară Infecții auriculare Viermi intestinali	Purificarea sîngelui (de intruși etc.) Protejarea sistemului energetic	USTUROI Măceș, ginko, frunze de portocale (pentru arterioscleroză) Bacă de măceș, flori de lămîi (pentru scăderea colesterolului) Limba-mielului, frunze de portocal, mentă, urzică (pentru tromboză)	Urzică (pentru purificarea sîngelui) Bambus, mure, cactus, corn, eucalipt, tămîie, grozamă (drobiță), caprifoi, lămîi, gălbenele (filimică), vinariță (pentru protecție)

Melon dlo	*Citrullus lanatus*	Hipertensiune Edeme la glezne Afecțiuni hepatice și icter Boli cardiace Afecțiuni renale Colaps sau epuizare la căldură Constipație și indigestie Dureri de cap Greață	Empatie, intuiție, accesarea subconștientului, echilibrarea emoțiilor Pepenele verde este oferit lui La Siren, spiritul mării și al subconștientului profund, al emoțiilor etc.	PEPENE VERDE Păpădie, coada șoricelului (pentru edem) Frunze de boldo, pătlagină (pentru icter) Ardei roșu, scoarță aspră de frasin sau rădăcină de hrean în miere (pentru epuizare la căldură) Pepene verde (conține mai mult antioxidant licopeină decît orice alt fruct sau legumă, scăzînd riscul cancerului uterin sau de prostată)	Sclipeți, iasomie, gălbenele, mimoză, pelinariță (pelin negru), trandafir (pentru vise lucide și profetice) Foi de dafin, limba-mielului, caprifoi, mentă, cimbru, coada șoricelului (pentru dezvoltarea capacităților paranormale) Chimen, lăcrămioară, muștar, nucă, levănțică, drețe, pasiflora, gura-lupului (scutellaria lateriflora) (pentru echilibru mintal și emoțional)
Muscat	*Myristica fragrans*	Diaree Dizenterie Colică Greață Calculi biliari Dureri de cap Tensiune musculară la ceafă	Curăță componentele spirituale ale sîngelui Garantează fidelitatea în cadrul cuplului	NUCȘOARĂ Mușețel, molură, leuștean (pentru colică) Flori de boldo, pătrunjel, flori de căpșuni (pentru calculi biliari)	Urzică (pentru purificarea sîngelui) Studeniță, trifoi, magnolie, nard (pentru fidelitate)
Planten	*Plantago major*	Boli de sînge Eczeme Diabet	Atrage spiritele binefăcătoare și protejează împotriva	PĂTLAGINA Urzică, lucernă, păpădie, mentă	Pentru protecție, vezi lay (usturoi)

		Afecțiuni renale și ale vezicii urinare Febră Intestine iritate Dizenterie Opăriri și arsuri Răni	celor malefice. Protejează împotriva mușcăturilor de animale dacă este purtat pe haine.	(pentru diabetici) Echinacea, brusture (pentru purificarea sîngelui)	
Safran	*Curcuma domestica*	Colesterol ridicat Boli hepatice și ale vezicii biliare Artrită reumatică	Purifică locul deoarece spiritele sînt atrase la căldura pe care o emană. Prin urmare, poate fi folosit la dirijarea și controlarea spiritelor.	ȘOFRAN DE INDIA (CURCUMĂ) Agrimonie (turiță mare), flori de vuietoare (reumatism)	Anason, foi de dafin, mac canadian (mac cu suc roșu), mătură, mușețel, molură, hrean, iris, verbină, yucca (pentru purificare)
Shoublak	*Hibiscus rosa-sinesis*	Febră Dureri de cap Afecțiuni ale pielii Bășicuțe (în cataplasme)	Farmece (pentru dragoste)	HIBISCUS Studeniță, tătănească, nalbă mare (pentru bășicuțe)	Pentru a atrage dragostea, vezi amwaz (talpa gîștei) Pentru ghicit în dragoste: lumînărică, panseluță, trandafir, salcie Pentru a îndepărta farmecele de dragoste: crin, lotus
Sitwon (1)	*Tilia platyphyllos*	Hipertensiune Îngroșarea arterelor Isterie Insomnie Epilepsie	Oprește vrăjile	TEI (FLORI) Pasiflora, rozmarin, valeriană (pentru isterie)	Piper, afine, ciulini (pentru a înlătura sau desface vrăjile)

		Tensiune nervoasă Răceală și gripă		Vîsc, isop (pentru epilepsie)	
Sitwon (2)	*Citrus limonum*	Tuse și răceală Difterie Malarie Reumatism	Reface echilibrul (în special după o agresiune magică sau după înlăturarea unui spirit)	LĂMÎIE Scoarță peruviană, urzică, coada șoricelului (pentru malarie)	Foi de dafin, garoafă, ștevie de munte, busuiocul cerbilor, sunătoare, ciulini (redă puterea spirituală)
Sitwonnel	*Cymbopogon citratus*	Infecții bacteriene și fungice Tulburări nervoase Durere și rigiditate musculară Retenție de apă	Crește apetitul sexual; îi face pe alții să te dorească	LĂMÎIȚĂ Cimifuga racemosa, lumînărică (pentru dureri musculare)	Avocado, morcov, papură cu frunză lată, damiană, cicoare, lemn-dulce, paciuli, vanilie, yohimbe (Corynante yohimbe) (pentru pasiune)
Tabak	*Nicotiana tabacum*	Afecțiuni oculare (apă cu puțin tutun pentru clătirea ochilor) Congestii cerebrale și nevralgii (spălați zonele afectate cu apă și tutun) Toxine (a se folosi la baie) Durere de urechi (a se sufla fumul în ureche) Păduchi (infuzie puternică în apă fierbinte care se	Ofrande spiritelor Purificări Încurajează prezența spiritelor și comuniunea	TUTUN Pătlagină, Ginko biloba (pentru ochi) Hrișcă, gotu kola, vîsc (pentru congestii) Iarbă moale (pentru urechi) — a se ține urechea deasupra unei căni de ceai fierbinte	Tisa (pentru invocarea spiritelor morților) Pelinariță (pelin negru), plop (pentru proiecții astrale)

		toarnă pe cap) Paraziți intestinali (în cazul animalelor — hrăniți-le cu preparatul respectiv) Insecticid (a se stropi și în jurul plantelor pentru prevenirea limaxului)			
Ten	*Thymus vulgaris*	Boli respiratorii Intestine iritate Incontinență urinară (la copii) Paraziți intestinali Ulcere bucale Roșu în gît Răni și tăieturi (comprese)	Curaj și energie	CIMBRIȘOR Strugurii ursului, năpraznic (pentru incontinență urinară la copii/adulți)	Limba-mielului, Cimifuga racemosa, lumînărică, coada șoricelului (pentru curaj)
Vanille	*Vanilla planifolia*	Dureri respiratorii Congestie Circulație proastă Afecțiuni cardiace minore Isterie Reumatism Insomnie Stres Anxietate Depresie Anemie	Vrăji de dragoste	VANILIE Ardei roșu, ghimbir (pentru probleme circulatorii)	Ochiul-boului, cerențel, nucșoară, coriandru, zambilă (pentru a vă face irezistibili în fața celorlalți)

		Mușcături de șarpe (cataplasme)			
Veven	*Verbena officinalis*	Oboseală după o infecție virală Oboseală cronică Sindromul oboselii cronice (SOC); Epilepsie Icter Depresie Paranoia Agorafobie	Pace, calm și prosperitate	VERBINĂ Ginseng, usturoi, echinacea (pentru sindromul oboselii cronice) Alge, valeriană (pentru paranoia) Sarsaparila, gotu kola, roiniță (pentru agorafobie)	Alge dulse, zorele, violete (pentru pace)
Vilnere	*Salvia officinalis*	Afecțiuni bucale și ale gîtului Glicemie ridicată Pierderea apetitului Amețeală Confuzie Pierderi de memorie	Înțelepciune Protecție împotriva geloziei (pentru înlăturarea deochiului)	SALVIA Crețișoară, brebenoc, hamei (pentru amețeală)	Stînjenei (iris), piersici, floarea-soarelui (pentru înțelepciune) Plop tremurător, chimion, usturoi, ienupăr (protecție împotriva răpirii sufletului prin gelozie)
Wou	*Ruta graveolens*	Dureri de cap Menstruație neregulată Ochi obosiți (a se clăti ochii) Contuzii și luxații (comprese)	Protejează împotriva bolilor datorate energiei negative	RUTA DE GRĂDINĂ Sunătoare, agnus castus, gura-lupului, mușețel, pasiflora (pentru dureri de cap) Arnică, studeniță, cînepă,	Salcîm, violete africane, Celastrus orbiculatus, chiparos, mătrăgună (pentru protecție)

				gălbenele, tătăneasă (pentru contuzii — comprese)	
Wowoli	*Sesamum inicum*	Deficiențe în alimentație Slăbiciune fizică și psihică Infecții genitale și urinare	Revelarea cunoștințelor profunde sau ascunse (de unde și „Sesam, deschide-te!") și a capacităților profetice	SUSAN (SEMINȚE DE SUSAN) Autovindecare (pentru lipsuri în alimentație) Sereona rapens, damiană (pentru afecțiuni genito-urinare)	Podbal, brîndușă, kava kava (pentru înțelepciune) Rodie, violete, nuci (pentru exprimarea dorințelor și a nevăzutului)
Zaboka	*Persea americana*	Ulcer gastric Inflamații ale pielii Arsuri și opăriri Insolație Disfuncții respiratorii Menstruație neregulată	Crește libidoul și sprijină vrăjile de dragoste	AVOCADO Tătăneasă, coada șoricelului, crețușcă (pentru ulcer gastric) Crețișoară, talpa gîștei, primulă (ciubotica cucului) (pentru probleme menstruale)	Liatris odoratissima, ridiche, pelin, mei mărunt (pentru libido ridicat)
Zoran'y	*Citrus aurantium*	Digestie slabă Pierderea apetitului Inflamații ale pielii Infecții fungice	Sporește frumusețea/ irezistibilitatea celui care o folosește	PORTOCALA Aloe, arborele de ceai, margarete, iederă, gălbenele, cîrmîz (antifungice)	In, ginseng, părul fetei (pentru frumusețe)

ANEXA 2

IERBAR PERUVIAN

Vă oferim în continuare o listă a plantelor medicinale folosite frecvent în Peru, împreună cu echivalentul lor vestic exact sau, unde este necesar, o alternativă mai ușor de procurat. De asemenea, vă oferim și o listă a calităților medicinale și a proprietăților magice ale acestor plante, astfel încît să puteți continua să le cercetați pe cont propriu.

Prima plantă trecută în coloana cinci (cu majuscule) este echivalentul vestic exact (unde există unul) al plantei peruviene (din coloana întîi). Acelea care nu sînt corespondente exacte, dar au efecte similare, sînt trecute dedesubt, în font obișnuit.

În coloana trei sînt trecute afecțiunile medicale vizate de aceste plante. Plantele alternative utilizate în astfel de tratamente se găsesc în coloana cinci. Proprietățile magice sînt trecute în coloana patru, iar plantele cu proprietăți magice specifice apar în coloana șase.

Totodată, întrucît aceleași plante sînt deseori benefice în mai multe afecțiuni, nu vor fi trecute la fiecare plantă în parte toate proprietățile medicinale sau magice, pentru a evita repetiția. În caz că nu găsiți afecțiunea sau necesitatea dumneavoastră în dreptul unei anumite plante, căutați și în celelalte coloane și, cu siguranță, o veți găsi.

IERBAR PERUVIAN

DENUMIRE POPULARĂ	DENUMIRE ȘTIINȚIFICĂ	PROPRIETĂȚI MEDICINALE	PROPRIETĂȚI MAGICE	ECHIVALENTE ȘI ALTERNATIVE (MEDICINALE)	ECHIVALENTE ȘI ALTERNATIVE (MAGICE)
Aire sacha	*Kalanchoe pinnata*	Infecții bacteriene Viruși Tuse și febră Stres Colesterol ridicat Bășicuțe Înțepături de insecte	„Frunza miraculoasă" — Artidoro Aduce echilibru interior și exterior trupului și spiritului. Purifică „aerul rău" (înlătură negativitatea și revitalizează)	ROINIȚĂ Hypericum, echinacea, usturoi (pentru viruși) Voronic, plămînărică (pulmonaria officinalis) (pentru tuse) Usturoi (scade colesterolul) Studeniță, tătănească, stînjenel (gladiolă albastră) (pentru bășicuțe — comprese) Arnică, gălbenele, smirnă (pentru înțepături de insecte)	Violetă africană, gardenie, lemn de santal (pentru forță spirituală)
Ajo sacha	*Pseudocalymma alliaceum*	Reumatism Alergie Artrită	Plantă-„învățător" Încredere în sine Autocunoaștere (urmărirea sinelui) Purificare Protecție	„USTUROI SĂLBATIC" Echinacea, indigo sălbatic, schinel (pentru reumatism) Mușețel, țintaură, coarda ielelor (rotungioară) (pentru alergii)	Piersică, salvie, floarea-soarelui (pentru înțelepciune)

				Cimifuga racemosa, gheara diavolului, frunze de yucca (pentru osteo-artrită)	
Albahaca	*Ocimum basilicum*	Tulburări digestive Dureri de stomac Infecții stafilococice Salmonella Înțepături de insecte Alcoolism Circulație proastă Depresie Surzenie	Dragoste Bogăție Zbor (în spirit)	BUSUIOC Mentă, nucșoară, molură (digestive) Mușețel, hydrastis canadensis (pentru infecții stafilococice) Hamei, angelică, gura-lupului (scutellaria lateriflora) (pentru alcoolism)	Lămîie, sîngele voinicului (pentru prietenie) Nuc pecan (pentru a obține o slujbă) Camelie, portocală, orez (pentru bogăție) Pelinariță (pelin negru), plop (pentru călătorii astrale)
Ayahuasca	*Banisteriopsis capi*	„Medicament sacru — remediu perfect pentru toate bolile.“ — Ralph Metzer Orice boală (se amestecă cu chacruna și este băut de către șaman, iar uneori și de către pacient în cadrul ritualului șamanic de vindecare)	Plantă-„învățător“ Viziuni Purgativ (înlătură energiile toxice)	Fără echivalent	Angelică, podbal, brîndușă, damiană (pentru viziuni) Aloe, nucă albă americană, Ipomoea jalapa, foi de siminichie, dragavei (ștevie creață) (purgative spirituale) Afine, hortensie, schinel, vetivert (purificări spirituale)

Bobinzana	*Callandra angustifolia*	Reumatism Depresie postnatală Tulburări sangvine Răceală și febră	Plantă-„învățător" Echilibru spiritual Spirit de orientare în viață Siguranță de sine	Armurariu, frunze de zmeur (pentru depresie postnatală) Mușețel, ciubotica cucului, lăptucă sălbatică (pentru încredere și echilibru)	
Came	*Peperomia obtusifolia*	Luxații Hernie Arsuri Inflamații	Purgativ (curăță energiile toxice) Echilibrul energiilor în casă	PEPEROMIA (peperomia obtusifolia) Schinduf, feciorică (herniaria glabra) (pentru hernie)	Măceș, Ipomoea jalapa, măghiran, gutuie (pentru fericire) Plop tremurător, chimion, ienupăr (pentru protecție și armonie în casă)
Castana	*Terminalia catappa*	Colesterol ridicat Probleme cu dinții Reumatism	Înțelepciune	MIGDALĂ TROPICALĂ Coada calului, lobelie, cuișoare (pentru dureri de dinți)	Ginko biloba, ginseng, măceș, nuci kola, rozmarin (pentru grad înalt de inteligență și memorie sporită)
Chacruna	*Psychotria viridis*	Orice boală (se amestecă cu ayahuasca și este băută de către șaman, iar uneori și de către pacient, în cadrul ritualului șamanic de vindecare)	Plantă-„învățător" Capacitate vizionară	Fără echivalent	Vezi ayahuasca

Chanca piedra	*Phyllantus nirui*	Hepatită Infecții urinare Calculi renali și biliari	Comunicare la distanță (percepții extrasenzoriale)	Chelone glabra, drăcilă, țintaură, păpădie, țăran, pelin (pentru ficat)	Iris, Coix (coix lacrymajobi), rodie, floarea-soarelui, violetă (dezvoltă percepțiile extrasenzoriale)
Chiric sanango	*Brunfelsia grandiflore*	Depresie Răceală Reumatism Artrită	Plantă-„învățător" Curăță casa Aduce noroc Dezvoltă sinele interior	Pasiflora, țelină, kola, pelinariță (pelin negru), primulă (ciubotica cucului) (pentru depresie)	Foi de dafin, mătură, gumă arabică, hrean, mimoză (pentru purificare)
Coca	*Erythroxylum coca*	Infecții bucale și de gît Pierderea apetitului Dureri musculare Colică Tulburări digestive	Divinație Deschiderea sinelui Ofrande spiritelor și înlăturarea energiilor negative	Salcie, gheara diavolului, dioscoree (cartof), pătrunjel, (pentru alinarea durerilor)	Camfor, cireșe, stînjenei (iris florentina) (pentru divinație) Struguri, rozmarin, nuci (pentru dezvoltarea minții și pentru intuiție)
Comphrey	*Symphytum officinale*	Fracturi Infecții Răni Pierderea apetitului Malnutriție Depresie	Succes financiar (la jocuri de noroc, lansări în afaceri etc.) Protecție în călătorii	TĂTĂNEASĂ Tătănească, gălbenele, schinduf, Eupatorium perfoliatum (pentru fracturi, luxații etc.) Gotu kola, ovăz, spălăcioasă (Senecio aureus) (pentru prevenirea slăbiciunii cronice)	Iarbă moale, pelinariță (pelin negru) (pentru succes financiar) Măr, tei (pentru protecție în călătorii)

Herba luisa	*Cymbopogon citratus*	Tuse și dureri în piept Nervozitate Anxietate Digestie slabă	Libido	LĂMÎIȚĂ Traista ciobanului, afine (pentru tuse din piept)	Avocado, cicoare, mentă (pentru a crește libidoul) Lăptucă, verbină, hamamelis (pentru scăderea libidoului)
Guayusa	*Piper callosum*	Tulburări digestive Reumatism Scăderea libidoului Scăderea apetitului sexual	Vis lucid; urmărirea sinelui	Gotu kola, ginseng (pentru libido crescut)	Ferigă, buchu, iasomie, gălbenele, trandafir (pentru vis lucid) Păpădie, corn (cornus mas), mătrăgună (pentru îndeplinirea viselor în cotidian)
Jergon sacha	*Dracontium loretense*	Abcese Hernie Mușcături de șarpe	Invizibilitate (față de șerpi) Protecție spirituală și fizică la vînătoare	FER-DE-LANCE (dracontium loretense) Gura-lupului (scutellaria lateriflora), dragavei (ștevie creață), brusture (pentru mușcături de șarpe)	Cicoare, floare-de-colț, ferigă, mac (în vrăji, pentru invizibilitate) Vîsc, primulă (ciuboțica cucului), usturoi (pentru succes la vînătoare)
Malva	*Malchra ruderalis*	Infecții ale pielii Arsuri Iritații oculare Constipație	Alină tristețea și mînia	Siminichie (pentru atenuarea constipației)	Trifoi, roiniță, talpa gîștei, mușețel (pentru alinarea tristeții) Mușețel, roiniță (pentru scăderea mîniei)
Menta	*Menthe piperita*	Anxietate Hipertensiune Depresie	Ameliorează somnul și sporește visele Purificare	MENTĂ (IZMĂ) Mătură, efedra (cîrcel), gențiană	Agrimonie (turiță mare), soc, hamei, levănțică (pentru somn odihnitor)

				(pentru hipertensiune)	Ferigă, iasomie, mimoză (pentru a crește puterea viselor)
Mucura hembra	*Petiveria alliacea*	Reumatism Pierderi de memorie Dureri de cap Lipsă de energie	Alungă ghinionul Înlătură temerile	Gura-lupului (scutellaria lateriflora), gențiană, Piscidia erythrina /Piscidia piscipula (pentru lipsă de energie și pesimism)	Mușchi, portocală, căpșuni (pentru alungarea ghinionului) Drețe, mirt, violete (alungă temerile)
Pan del arbol	*Artocarpus altilis*	Luxații Hernie Răni sîngerînde Probleme cu dinții	Caracter inveterat, stabilitate Viață lungă	ARBORELE DE PÎINE Tătăneasă, arnică (cataplasme pentru luxații)	Angelică, chimen, ulei de ricin, ilice, scînteiuță (ochișor), salcie (pentru stabilitate) Chiparos, arțar, călăpar (pentru longevitate)
Pinon colorado	*Jatropha gossypifolia*	Dureri de stomac Constipație Arsuri Luxații Paraziți intestinali	Cheamă vînturile vindecătoare	Jatropha gossypifolia Chaparral, usturoi, rută de grădină (pentru paraziți intestinali)	Mătură (cheamă vîntul)
Retama	*Cassia reticulata*	Tulburări hepatice Paraziți intestinali Boli de piele	Apărare împotriva furturilor și pierderilor	Cassia reticulata Tătăneasă, pătlagină (pentru afecțiuni ale ficatului)	Plop tremurător, usturoi, ienupăr (pentru apărare împotriva furturilor)
Rosa sisa	*Tagetes erecta*	Colică Tulburări nervoase	Liniștește sufletul (folosit la recuperarea	GĂLBENELE	Gardenie, crețușcă, pasiflora (pentru armonie)

		Greață	sufletelor etc.)	Valeriană, levănțică, Calamintha grandiflora (pentru nervozitate) „Semințele de calamintha grandiflora calmează bolile inimii, eliberînd de melancolie și făcîndu-l pe om voios și bucuros." — John Gerard	
Ruda	*Ruta graveolents*	Dureri de cap Boli de sînge	Noroc în afaceri și împrejurări financiare Curăță energiile și casa	Brusture, hydrastis canadensis (curăță sîngele) Gălbenele (ajută la recuperare după transfuzii de sînge)	Crușin, hicori (pentru succes în afaceri și în justiție) Nucă de cocos (curăță casa — se lovește cu piciorul din cameră în cameră, apoi afară în stradă)
Santa maria	*Piper peltatum*	Tulburări hepatice Conjunctivită	Protecție spirituală pentru copii și nenăscuți)	PATĂ DE VACĂ Floare-de-ochi (silur), nalbă mare, trandafir (spălături în caz de conjunctivită)	Urzică, studeniță, păpădie, coada calului, țintaură, frunze de zmeură, dragavei (ștevie creață)
Shapilloja	*Zanthoxylum fragara*	Anxietate Stres Nervozitate	Calmează și echilibrează (la baie) Armonizează energiile	Mușețel, roiniță, cretișoară (reduce stresul)	Roiniță, scorțișoară, trifoi, ghimbir, drimys winteri (pentru echilibru și noroc)
Shimi pampana	*Moranta arundinacae*	Afecțiuni urinare și ale vezicii urinare Alcoolism Tulburări digestive	Armonizează energiile Aduce noroc în dragoste	MORANTA (Moranta arundinacae) Năpraznic, traista ciobanului	Busuioc de cîmp (armonizează energiile)

				(pentru probleme ale vezicii urinare)	
Tabaco	*Nicotiana tobacum*	Migrene Greață Înțepături de insecte (ține insectele la distanță)	Plantă-„învățător" Protecție spirituală Autocunoaștere Armonizează energia Te învață cum să te vindeci	TUTUN Ghimbir, lemn-dulce (reduce greața și stările de rău)	Anemonă, frasin, ienupăr, troscot, nemțișor, rută de grădină, nard (pentru vindecarea sufletului și protecție)
Toe (pronunțat „toe-hai)	*Brugmansia suaveolens*	Ulcer Infecții Cancer Abcese	Plantă-„învățător" Protecție spirituală Profeții Te învață cum să te vindeci Desface vrăjile	TROMPETA ÎNGERILOR Turiță (lipicioasă), pătlagină (pentru calmarea ulcerelor)	Smochină, portocală, rodie (pentru divinație) Schinel, vetivert, perișor (pentru înlăturarea blestemelor)
Ucho sanango	*Bonafousia undulata*	Reumatism Tuse și răceală	Plantă-„învățător" Viziuni Capacități de medium Învinge frica Înlătură blocajele interioare Pragmatism	Sburătoare (eupatorium perfoliatum), isop (pentru tuse din piept și răceală)	Alga marină brună (fucus vesiculosus), limba-mielului, silur, caprifoi, anason stelat, cimbru (pentru dezvoltarea capacităților de medium)
Una de gato	*Uncaria guianesis*	Dureri ale articulațiilor Sistem imunitar slăbit	Crește plăcerea sexuală (în special la femei)	GHEARA MÎȚEI Echinacea, lapacho, salvie, baptisia australis, ciupercă parfumată/de castan/shiitake	Camfor, lăptucă (crește plăcerea sexuală) Banană, caper (capparis spinosa), cimifuga racemosa, stejar,

				(lentinula edodes) (pentru boli autoimune)	măslin (crește potența sexualaă la bărbați și femei)
Yacu piri piri	*Cyperus sphacelatus*	Mușcături de șarpe	Noroc în dragoste	Cyperus sphaerolepis Ceapă — a se pune pe rană (remediu popular irlandez pentru mușcăturile de șarpe)	Brîndușă, ipomoea jalapa, lobelie, lotus, limba cucului, papaya, tamarind, scoarță de yohimbe (corynanthe yohimbe) (pentru noroc în dragoste)
Yawar piri piri	*Eleutherine bulbosa*	Fungicid Dizenterie Hemoragii	Aduce bani	Catechu, năpraznic, dioscoree (pentru dizenterie cauzată de amoeba) Schinduf, baptisia australis, dioscoree (pentru dizenterie bacilară)	Caju, trifoi, măcriș, pana-zburătorului (lopățea), iasomie (pentru noroc la bani)

ANEXA 3

ULEIURI HOODOO

Iată cîteva pe care le puteți încerca:

PENTRU PACE, VINDECARE ȘI FERICIRE

Uleiul „Casa fericită“

O modalitate de utilizare a acestui ulei este aceea de a-l aplica pe lumînări și a-l lăsa să ardă în casă pentru a emana un parfum delicat care vă va proteja și purifica spațiul. Toate uleiurile au la bază extracte de citrice. Aceasta înseamnă că citricele precum lămîia sau limeta (lămîia verde) vor alunga negativitatea și vrăjile.

Adăugați uleiului de bază trei picături de ulei de portocale, două de ulei de lămîiță și lămîie și una de ulei de limetă.

Uleiul „Adu-mi pacea“

Acesta aduce armonie și calm, și este util mai ales în cazul în care sînteți agitat sau supărat. Poate fi folosit oriunde pe suprafața corpului.

Adăugați uleiului de bază cîte trei picături de ulei ylang-ylang și ulei de levănțică, două de ulei de mușețel și una de trandafir.

Uleiul „Vindecă-te repede“

Ajută la accelerarea procesului de vindecare, putînd fi aplicat și pe lenjeria de pat sau ars într-o lampă sau un difuzor din camera bolnavului.

Adăugați uleiului de bază patru picături de ulei de rozmarin, două de ulei de ienupăr și una de ulei de lemn de santal. Adăugați picăturile pe rînd într-un arzător cu apă.

Uleiul „Protejează-mă“

Oferă protecție împotriva energiilor negative și a agresiunilor psihice atunci cînd este aplicat pe corp. De asemenea, poate fi pus la uși și ferestre, pentru a păzi casa.

Adăugați uleiului de bază patru picături de ulei de busuioc, trei de ulei de geranium (năpraznic), două de ulei de pin și una de vertivert.

Uleiul „Energie rapidă“

Folosiți acest ulei pentru a vă reîmprospăta rezervele de energie sau pentru a vă stimula cînd sînteți epuizat.

Adăugați uleiului de bază patru picături de ulei de portocal, două de ulei de limetă și una de ulei de nucșoară.

Uleiul „Somn ușor“

Pentru a avea un somn natural și odihnitor, aplicați la tîmple, pe gît, la încheieturile mîinilor, pe tălpile picioarelor sau puneți picăturile într-un arzător din dormitor.

Adăugați uleiului de bază două picături de ulei de trandafir, cîte una de ulei de iasomie și de mușețel.

PENTRU SUCCES FINANCIAR, ÎN PROCESE ȘI ÎN AFACERI

Uleiul „Cîștigă procesul“

Acesta este utilizat în timpul proceselor din sălile de judecată pentru a încurca adversarul și pentru a arăta insuficiența argumentării și a dovezilor prezentate. Urmăriți să puteți introduce parfumul în sală și să-l aplicați pe adversari, nu pe dumneavoastră. De pildă, ați putea să-l purtați atunci cînd dați mîna cu avocatul celeilalte părți înainte de începerea procesului, iar apoi să vă spălați imediat pe mîini înainte de a intra în sală.

Adăugați uleiului de bază cinci picături de ulei de nucă de cocos, cîte trei de ulei de levănțică și de piper negru și cîte două de ulei de violetă și ginseng.

Uleiul „Dă-mi bani repede“

Aplicați uleiul pe corp și mai ales pe mîini pentru a vă asigura întoarcerea rapidă a banilor oricînd îi atingeți sau pentru a cîștiga sprijinul partenerilor de afaceri sau al persoanelor influente atunci cînd dați mîna cu ele. De

asemenea, puteți unge cu el lumînări verzi, pe care le veți arde cu intenția de a cîștiga bani din nou.

Adăugați uleiului de bază șapte picături de ulei de paciuli, cinci de ulei de cedru, patru de ulei de vertivert și una de ulei de ghimbir.

Uleiul „Impresie bună“

Vă ajută să faceți o impresie bună la interviuri și probe, și, de asemenea, reduce emoțiile la interviuri. Purtați-l în loc de parfum.

Adăugați uleiului de bază patru picături de ulei de ylang-ylang, trei de ulei de levănțică și una de ulei de trandafir.

PENTRU NOROC

Uleiul „Noroc rapid“

Purtați-l pe post de parfum sau puneți-l pe orice lucru (o poză etc.) care reprezintă un aspect al vieții dumneavoastră în care doriți mai mult noroc.

Adăugați uleiului de bază cantități egale de ulei de scorțișoară, vanilie și perișor.

Uleiul „Întoarce piaza rea“

Puneți-l la încheieturile mîinilor pentru a vă proteja împotriva energiilor negative și a le returna celui care le-a trimis.

Adăugați uleiului de bază cantități egale de ulei de scorțișoară, trandafir și mentă.

DESPRE AUTORI

Ross Heaven este fondatorul și directorul *Fundației The Four Gates*, una dintre principalele organizații din Europa care se ocupă cu predarea, promovarea și aplicarea înțelepciunii spirituale și a psihologiei libertății. Ross conduce ateliere de vindecare, șamanism și înțelepciune indigenă. Este, de asemenea, terapeut și autor a opt cărți de șamanism, vindecare și dezvolatare personală, între care *The Journey to You, Spirit in the City, Vodou Shaman, Darkness Visible, Spiritual Practices of the Ninja*. Este și autorul casetei *Infinite Jouneys,* o înregistrare a tobelor de transă ce poate fi folosită ca acompaniament în călătoriile șamanice descrise în lucrarea de față. Ross a lucrat mult cu șamanii din Amazonia și Anzi, America de Nord și Europa, și a fost inițiat în tradițiile medicinale din Haiti, în practicile „Mîncatului de păcate“ și tradițiile vindecării cu plante ale celților. El călătorește în mod frecvent pentru a lucra cu vindecătorii acestor tradiții și oferă seminarii de șamanism cu plante în Marea Britanie, Irlanda, Franța, Haiti, Statele Unite ale Americii și bazinul amazonian, unde participanții pot să experimenteze efectele vindecătoare ale naturii și să-și exploreze viziunile și creativitatea cu ayahuasca și alte plante. Pentru detalii, vezi website-ul www.thefourgates.com.

Howard G. Charing este vindecător, trainer și director al *Centrului pentru Șamanism Contemporan Eagle's Wing*. A scris numeroase articole despre plantele medicinale amazoniene și a lucrat cu importanți șamani în această zonă. Howard a produs, de asemenea, o colecție de incantații tradiționale și „icaros“, *The Shamans of Peru*. Timp de mulți ani a organizat călătorii de vindecare cu plante medicinale în timpul cărora a lucrat cu indienii shipibo în bazinul amazonian din Peru, cu vindecătorii din Anzi sau cu șamanii San Pedro din Peru. Howard a fost botezat de comunitatea shipibo și a fost inițiat ritualic ca descendent al maeștrilor comunității Rio Napa. Howard și colegul său Peter Cloudsley au organizat, de asemenea, retrageri în centrul lor din Mishana National Park. Ca rezervație naturală protejată înconjurată de mai bine de câteva mii de hectare de junglă peruviană, Mishana adăpostește multe specii de plante și animale care nu mai pot fi găsite în nici un alt loc de pe planetă. La Mishana, participanții pot lucra cu șamani locali și să experimenteze vindecarea directă a naturii. Pentru detalii, vezi website-ul www.shamanism.co.uk

ELENA FRANCISC PUBLISHING
Tel.: 021 224 45 35
E-mail: office@efpublishing.ro